

Danilo “Uliano” Andolfi



**Ricette
e
proverbi popolari livornesi**

Girando per il mondo, una delle cose che più mi hanno impressionato e deliziato è stata la cucina. Ogni paese esprime molto della propria cultura attraverso il modo di cucinare i cibi o offrirti le bevande.

I sapori, i gusti l'atmosfera che si gustano sono molto diverse tra di loro, tutte stimolanti, curiose; qualche cucina è semplice, altre sono molto elaborate e sofisticate fino quasi al punto di non riconoscere più gli ingredienti iniziali.

Carni, pesce, verdure, latte, uova, frutta, cacao, molluschi, fino a stranezze come lo struzzo, il cane, il serpente, il cammello, vengono cucinati con una miriade di spezie, erbe, estratti ed in mille modi diversi tra di loro a seconda del luogo e della cultura esistente.

Molti dei cibi di oggi sono antichissimi e risalgono ancora alla notte dei tempi, tra questi la birra, lo yogurt, il latte, la carne alla brace, il miele, il vino, il pesce bollito, le cozze, sono le stesse cose che mangiavano gli uomini antichi se non proprio gli uomini delle caverne certo non ne siamo lontani.

I due poli d'origine della cucina contemporanea, in qualunque modo poi si sia sviluppa, sono quello mediterraneo e quello orientale. Tipicamente l'area fenicia/greca e l'area cinese. Rappresentano anche le loro espressioni della filosofia di vita: la prima semplice perché tutto finirà, la seconda elaboratissima perché tutto continuerà, cambiando.

Così ad Algeri come a Chicago, Pechino, Buenos Aires, Bologna, Parigi, ecc, ogni volta che ci si siede per mangiare non ci alimentiamo solamente, ma partecipiamo ad un rito sacro che si rinnova e che è uno dei tratti fondamentali dell'essere umano, cioè di un animale che ha piegato, o tenta di piegare, la natura ai suoi voleri e piaceri. Mangiare per "vivere" che è incredibilmente diverso dal vivere per mangiare.

Dizionario Livornese/ Italiano

A

Asserbata = Conservata. *Attaccà* = Attaccare. *Avè* = Avere. *Anaci* = A.N.I.C. (Petrochimico di Stagno). *Armeno* = Almeno. *Ar foò* = Al fuoco. *Artro* = Altro. *Apprezzalle* = Apprezarle

B

Bollì = Bollire. *Buttà* = Buttare. *Bono* = Buono. *Bonissimo* = Buonissimo. *Boia, dhe !* = Espressione intraducibile, che indica meraviglia, stupore e consapevolezza. *Basilio* = Basilico. *Bevetici* = Beveteci. *Becci* = Berci. *Bagnacci* = Bagnarci.

C

Cappone = Scorfano rosso. *Ciale* = Canocchie. *Crognolo* = Latterino. *Cianno* = Ci hanno. *Cantieri* = Cantiere Marittimo "L. Orlando". *Capità* = Accadere. *Ciccìa* = Carne. *Cardo* = Caldo

D

Dhe ! Intraducibile, orgoglioso marchio della livornesità, una specie di DNA che rimane per tutta la vita. *Datteri* = Cozze. *Dorce* = Dolce. *Diono* = Dicono. *Dio* = Dico. *Datene* = Dategli. *Dillo* = Dirlo. *Di morto* = Moltissimo

E

Esse = Essere. *Enno 'otte* = Sono cotte. *Economia* = Economica. *Esagerà* = Esagerare

L

Lo stesso = Il medesimo

F

Facci = Farci. *Favollo* = Granchio rosso.

G

Giralle = Girarle. *Gaggia d'oro* = Muggine dorato. *Muggine* = Cefalo. *Gollettoni* = Schiaffi

I

Inventassi = Inventarsi. *Intruglio* = Salsa

N

Notata = Nuotata.

M

Macchione = Insieme di arbusti e piante. *Mangiatoci* = Mangiateci.

O

‘*Osacce* = Cosacce/Brutte parole. *Omini* = Uomini. ‘*Ottura* = Cottura. ‘*Otenne* = Cottenne di maiale. ‘*Ome* = Come. ‘*Osi* = Così. *Ova* = Uova

P

Praio. = Dentice Pagro. *Ponce* = Punch. *Porpi* = Polpi. *Parago* = Pagello. *Pulenda* = Polenta. *Pole* = Si può. *Piaciono* = Piacciono. *Piccinini* = Piccoli. *Poo da di* = Poco da dire. *Pe fassi du’* = Per farsi due. *Pulissi* = Pulirsi. *Pei* = Per i. *Poino* = Poco

R

Ragno = Spigola. *Rospo* = Rana pescatrice. *Rumme* = Rhum. *Ridio* = Ridico. *Ramerino* = Rosmarino. *Rimescolalli* = Rimescolarli. *Riposassi* = Riposarsi

S

Scorpano = Scorfano. *Scordà* = Dimenticare. *Soffrittino* = Soffritto. *Sennò* = Altrimenti. *Sparlotta* = Sarago Sparaglione. *Sciampagne* = Champagne. *Sbarellare* = Parlare senza senso. *Soffrigge* = Soffriggere. *S’era* = Eravamo. *Sfamassi* = Sfamarsi. *Sporvelizzalle* = Spolverizzarle.

T

Trocchi = Pezzi. *Triglietta* = Triglia. “*Tegame*” = Donna “leggera”. *Trovallo* = Trovarlo. *Topino* = Gnocchi

U

‘*Un fallo* = Non farlo. ‘*Un c’è arto da fà* = Non c’è più nulla da fare. *Usà* = Usare. ‘*Uando* = Quando. ‘*Un ci* = Non ci

V

Varcheduno = Qualcuno. *Vescie* = Vesciche. *Vota* = Vuota. *Varche* = Qualche. *Vole du’ minuti* = Occorrono due minuti. *Volegli* = Volerle. *Vaini* = Quattrini. *Vendile* = Venderle. *Vorta* = Volta.

Girando per la Venezia livornese, i suoi ponti su’ Fossi, le piazzette, le stradine buie, mi assalgono i ricordi, le fantasie, i sogni; penso al passato di Livorno, a quel turbinio di gente diverse che l’hanno fatta diventare grande, al suo spirito di tolleranza e di libertà.

Penso ed immagino la mia vita qui, come sarebbe stata, se. . . e vorrei incontrare chi mi sarebbe stato vicino nell’imparare a vivere.

Profumi, sapori, schiamazzi di una Livorno che non esiste più, ma che avrei voluto vivere.

Gli Andolfi furono una famiglia storica in Venezia, un quartiere che esprime l’anima vera di Livorno.

Mio nonno Alfredo e mia nonna Carola ebbero sei figli maschi e una femmina, con tutti noi nipoti saremmo stati una tribù; il libeccio della vita ci disperse, ma Livorno, e la Venezia livornese ci sono rimasti, a tutti, nel cuore.

Le Ribotte, un rito quasi pagano di festa e solidarietà condivisa, il Cacciucco che mescola pesci, umori, amori, gioie, ebbrezza, i Frati, il Cinquecinque, la Polenta dolce, le Frittelle di farina dolce con la Ricotta, che piaceva tanto al mio babbino.

Gli scherzi della mia zia Bruna, che si vestiva da uomo e andava a vendere le cravatte alla mia nonna Carola, o quando fermata dai Carabinieri in bicicletta, dette loro le generalità della sua nonna Laura Gori, commentando poi “o andatela a cerca”, se vi riesce”, sapendo che era ormai e da tempo, ai Lupi.

Mia zia Imola, sorella del tenore Masini e zia a sua volta del cantante Luciano Virgili, che si chiamava realmente Finimola, perché era l’ultima di undici fratelli, ma poi quando gli nacque un’ulteriore sorella, suo padre le mise il nome Ricominciamola. Incredibile !

Nella Venezia Livornese, dove dentro qualche portone, o all’angolo di qualche strada mio padre, ricambiato, faceva battere forte il cuore alla mia giovane mamma e sognava la sua famiglia, i suoi figli che sarebbero arrivati e livornesamente cresciuti .

Qui in Venezia è nato il Partito Comunista d’Italia, ci sono le carceri dei Domenicani, c’è il Pontino dove si davano l’appuntamento gli innamorati, qui la Venezia era la casa di tutti e la vita si svolgeva più nelle strade che nelle stanze.

Anarchia e solidarietà, nobili e straccioni, vivaci, intelligenti, sbruffoni, senso di appartenenza, così sono i livornesi.

Modigliani, Mascagni, cento altri artisti, pescatori, banchieri, marinai come i miei zii Vasco Conti ed Edoardo Andolfi, uomini coraggiosi sono vissuti qui in uno spirito unico di tolleranza.

C’è ancora un po’ di quello spirito, in Venezia, e la cucina Livornese, quella vera, ne è la continuità, così come è rimasto nei proverbi l’antica saggezza popolana, che ancora si trova in Borgo Cappuccini, in Piazza Cavallotti, tra i portuali, o passeggiando, sul voltone, la sera d’Estate.

Le donne e gli uomini, parlano a voce alta, senza paura, con spirito libero, con quella parlata, larga, cadenzata, dissacrante, sonora, dolce e violenta al tempo stesso, che sembra essere nata da un sangue troppo rosso e vivo e che ha il gusto di parlare e di ascoltarsi.

Si può mangiare ancora bene e tradizionalmente a Livorno, passeggiare intorno ai Quattro Mori, andare a vedere le navi che arrivano e che partono, e la sera quando il Sole arrossa il tramonto, e si spande il profumo dell'Aglio, del Prezzemolo, delle Triglie e del Ponce ti rendi conto di essere in Paradiso, cioè a Livorno.

Acciughe alla povera

Povero di nome e di fatto, questo piatto è però *morto* gustoso. Prima si mangiava come piatto unico, con parecchio pane, oggi, invece viene utilizzato soprattutto come antipasto, mangiandone una o due ! *A me, mi piace* tanto.

Ingredienti per 4 persone : Acciughe grosse e fresche 500gr., 1 Cipolla rossa, sale, Aceto, Olio d'oliva.

L'Acciughe vanno aperte, sliscate, lavate, sgrondate sul tagliere, come faceva la *mi'* nonna, e poi vanno messe in un tegame, per benino, una per una. A questo punto vanno ricoperte d'Aceto, nel quale, s'era prima sciolto il Sale.

È proprio l'Aceto, potenziato col Sale che fa la *'ottura*.

Vanno lasciate nel tegame per almeno 4 ore, poi vanno tirate su, e messe in un vassoio, ci si cola su un po' d'Olio, senza *esagerà*, e tutta la Cipolla tagliata fine, fine; *'un c'è artro da fa* : l'Acciughe sono pronte.

Mangiatene quanto *vene pare* e poi giù Vino, bianco secco a garganella.

Se 'r mondo fosse un culo, Livorno sarebbe 'r buo !

Le leggi, 'n toscana durano una settimana, a Livorno un giorno !

Aragosta alla Livornese

Più che *artro* questa era una ricetta "virtuale" perché *vaini* per comprare l'Aragosta *'un ce n'era*, e chi le pescava andava di *'orsa a vendile*.

Ma *varche vorta* poteva *capità* di mangiarla, ed allora si faceva così.

Ingredienti per 4 persone: 2 Aragoste da mezzo chilo l'una, 1 bicchiere di Vino bianco secco, 2 cucchiari di concentrato di Pomodoro, 5 Pomodori maturi, Olio d'oliva, 1 Cipolla, 1 Costa di Sedano, 1 Carota, 2 spicchi d'Aglio, 1 cucchiaino di Prezzemolo fresco tritato, Sale, Pepe.

Mentre in una pentola s'è messa l'acqua a *bollì*, bisogna lavare e spazzolare bene l'Aragoste belle vive; appena l'acqua bolle infilateci l'Aragoste a testa in giù e lasciatecele per una ventina di minuti.

Poi tiratele su, apritegli il dorso con un bel coltello affilato o con un paio di forbici robuste, per tutta la lunghezza, fatene 4 bei pezzi e lasciatela lì ad aspettare, tanto *'une scappa*.

In un tegame fate soffriggere con l'Olio, la Cipolla tagliata fine, l'Aglio, la Carota a fettine, metteteci dopo, la polpa dei Pomodori freschi prima *sbollettati*, fate *ritirà un poino*, e a questo punto, se *varcheduno 'un ve la fregate*, buttate nel tegame l'Aragoste.

Subito dopo bisogna aggiungere, nel tegame, il Vino bianco, Sale, Pepe, il concentrato di Pomodoro, coprire il tegame e non toccare più niente per almeno quindici minuti.

L'Aragosta va servita bella calda, con sopra una abbondante spruzzata di Prezzemolo fresco.

Se c'erano i soldi per l'Aragoste e ne sono avanzati, ci starebbe bene, *becci* anche un paio di calici di *Sciampagne*, *sennò* rifatevi con il Vino bianco: va bene *lostesso*.

Se vo' fa 'ome ti pare, vai a Livorno !

Ha visto più schizzi lei de li scogli di 'alafuria !

Avanzi Boni

Ci voleva tutta la fantasia del popolo Livornese per *invettassi* questo piatto, ma si sa quando c'è la fame il cervello viaggia a mille! Però io l'ho mangiato e vi dico che è *bono*, anzi *bonissimo*, soprattutto se la pancia è *vota*.

Quando l'*omini* tornavano a casa stanchi per *avè* passato tutto il giorno a *lavorà* al *cantieri* o all'*Anaci*, le donne gli presentavano l'Avanzi, come se fosse stato il meglio piatto del mondo. A chi si lamentava, *varcheduna* più sveglia, con un bel sorriso aggiungeva: "*Mangia bel mi topo che n'hai bisogno pe' stanotte*", facendo immaginare chissà quali follie, che poi svanivano col sonno e col Ponce !

Ingredienti : Lesso avanzato, Patate il doppio del lesso, Aglio, Olio d'Oliva, *Ramerino*, Concentrato di Pomodoro, Sale, Pepe, Prezzemolo.

Dhe ! qui c'è *poo da di*, ci *vole* un bel Tegame, dove ci si mette l'Olio d'Oliva, l'Aglio e il *Ramerino* a *soffrigge*, quando l'Aglio è rosolato aggiungere le Patate a trocchetti, Sale e Pepe; mentre le patate cuociono aggiungere il concentrato di Pomodoro perché tutto prenda un bel colore rosso.

Se necessario mentre rigirate le patate, metteteci anche un po' d'acqua perché le Patate devono essere ben cotte, anzi se si sfanno un po' *'un c'è* niente di male.

Quando le patate *enno 'otte*, ci si *pole buttà* il Lesso fatto a pezzetti, a questo punto fate cuocere, girando spesso, per ancora *varche* minuto e servite l'Avanzi nei piatti con una bella spruzzatina di Prezzemolo tritato. *'Un* mi raccontate *vello* che succede la notte, tanto lo so: Nulla!

Se donna 'un vole, omo 'un pole

A Livorno ir peggio portuale sona ir violino co' piedi

Cacciucco

Il re dei piatti Livornesi va fatto con amore, *sennò* è meglio *'un fallo*; ci *vole* pazienza e *bona* volontà.

Col Cacciucco ci si beve il Vino, ma deve essere Vino Rosso, leggero, non troppo invecchiato.

C'è chi il Cacciucco lo da anche *a' bimbi*, come quella donna di Venezia che portò il *su' bimbo* dal Dottore perché *sbarellava*.

Il Dottore glielo disse subito " Ma questo bimbo ha bevuto il Vino! ai bimbi gli si da il Latte " e *su' madre*: " *Dhe*, Dottore col Cacciucco *'un ci* si beve *mia* il latte"

Quando si mangia il Cacciucco, *nun* ci devono essere pisani intorno: "Porta male"

Ingredienti per sei persone: Seppie nostrali 500 gr., *Porpi* di scoglio di Calafuria 500gr., Palombo fresco 300 gr., un po' di Grongo, Pesce da zuppa 500 gr. (*Scorpano*, Gallinella, Cappone, una *Triglietta*), Grongo, Frutti di mare freschi, ma solo *Datteri* e Vongole, 500 gr., Crostacei 500 gr. (*Gamberoni*, *Ciale*, *Scampi*,

Gamberi), Vino Bianco, Olio d'Oliva, Aglio, Salvia, Peperoncino, Concentrato di pomodoro, Fette di pane abbrustolito, strusciato coll' Aglio e Pepato.

Il Cacciucco, si fa così. Si mette al fuoco un bel Tegame, (non quello di *mi madre!*). Nel Tegame ci si mette Olio d'oliva, Aglio, Salvia e Peperoncino, e si soffrigge.

Poi ci si butta dentro i *Porpi* e le Seppie tagliati a *troccoli*, un bicchiere di Vino bianco, e un po' di concentrato di Pomodoro, in modo che la roba cominci a diventare rossa.

Bisogna ogni tanto rimescolare e va fatto cuocere per almeno mezzora.

Mentre *coce*, bisogna man mano *buttacci* dentro i pezzi tagliati, di Palombo, di Grongo e di Pesce da zuppa.

Un po' dopo, gamberoni, *ciale*, scampi e gamberi.

Qualche pezzo di Pesce, e le teste, cotte e passate con lo schiacciato servono per farci, con gli odori e un po' di Pomodoro, un brodino denso, da *bagnacci* il Pane abbrustolito e *strusciato* con l' Aglio.

Passata la mezz'oretta di *ottura*, bisogna che i *Porpi* e le Seppie siano diventati teneri, si butta nel tegame i frutti di mare con gusci e tutto.

Dopo sei/sette minuti, appena i gusci si saranno aperti, si *spenge* il fuoco.

Il pane abbrustolito e *agliato* si mette nel piatto e si comincia a *buttacci* su Pesce, sugo, Datteri, Vongole e Crostacei come se piovesse, stando attenti a non fare i furbi e, a *'un pigliassi* per se le parti meglio: si dice che *varcheduno* abbia ammazzato la mamma per un Cacciucco servito da furbi !

Mentre si mangia, si *pole usà* anche le mani, ci si beve il Vino rosso e leggero. Alla fine ci manca una cosa sola: il Ponce! quello livornese con le sue varianti, Torpedine, Bomba e a Vela.

A un Livornese ci vole cento lire a fallo comincià e mille a fallo smette!

Chi ride di Venerdì, piange di Domenica

Cavolo Strasciato

In lingua italiana sarebbe Cavolo strascicato, ma detto a Livorno farebbe *ride'*, e chi lo dicesse non potrebbe che far pensare a *varche* fiorentino "dell'altra sponda" come volgarmente si dice.

Anche questo piatto la dice tutta sulla povertà di certi Livornesi, che si riempivano la pancia come potevano.

Ingredienti per 4 persone: Cavolfiore 1, Olio d'oliva, Aglio e semi di Finocchio, Peperoncino, un cucchiaino di Concentrato di Pomodoro, sciolto nell'acqua.

Bisogna prendere un Tegame, " e lo ridici ! " qualcuno commenterà, ma come ho più volte scritto a Livorno è difficile che in ogni casa non ci sia un "Tegame"; poi si fa un soffritto con Olio, Aglio, Peperoncino, semi di Finocchio.

Quando è pronto il soffritto, si può buttare nel tegame il concentrato sciolto in un po' d'acqua calda. A questo punto bisogna mettere a cuocere le foglie e le costole del cavolo; occorre stare attenti che nel tegame, ci sia sempre del sugo, *sennò* bisogna aggiungere un po' d'acqua man, mano.

Chi *pole* ci metterà un po' di brodo, ma l'acqua va bene *lostesso* , il tegame deve essere coperto ma spesso bisogna girare l'intruglio fino a che le foglie siano morbide.

A questo punto buttateci la palla del cavolo fatta a pezzi, e girate e rigirate ancora per almeno tre quarti d'ora.

È *bono* e ci si mangia parecchio pane, a quei tempi ci voleva, per *sfamassi*.

Il Vino è a scelta, bianco o rosso è uguale.

Chi ha cazzo ha fame, chi ha potta ha pane

Uno alla volta in collo a mamma

Fagioli co' le 'otenne

“Macellaio! me le dia belle grasse” chiedevano le massaie livornesi quando volevano fare le *‘otenne co’ fagioli*. Era il tempo di quando nelle campagne venivano ammazzati i maiali e con questa pietanza saporita ci si mangiava *di morto* pane e ci si beveva parecchi gotti di Vino rosso. Si mangiava anche seduti su di una seggiola, messa sull’uscio di *‘asa* e quando passava *varcheduno* si diceva “*ne vole ?*”, sperando che dicesse di no.

Ingredienti per 4 persone: Fagioli 400gr., Cottenne di maiale fresche, Olio, Sale, Salvia, Concentrato di Pomodoro.

Bisogna tenere i fagioli a mollo per almeno una notte, poi si mettono in un tegame con l’acqua, l’Aglio, il Concentrato, l’Olio e la Salvia senza dimenticarsi un po’ di Sale.

Dopo un paio di minuti ci si mettono le *‘otenne* di Maiale e si gira e si rigira per fare ritirare l’acqua; almeno per una mezzoretta.

Quando l’acqua è ritirata, si comincia sentire un buon odorino: è giunto il momento di servire. *Mangiatici* pane e *bevetici* Vino rosso.

Nulla è un po’ poino

I discorsi ‘un n’hanno ne babbo, ne mamma

Frittelle de’ Fossi

Questa ricetta è più che altro *pei* Livornesi ricchi, per quelli di Venezia, Via della Coroncina, Stringistringi, ecc. l’Uva sultanina, e i Pinoli *‘un c’erano* e anche la farina ci veniva messa di più. *Deh! co* la fame che c’era.

Ingredienti: Latte mezzo litro, Riso 100 gr., Farina dolce 100 gr., Uva sultanina 50 gr., Pinoli tritati 15 gr., tre rossi ed una chiara d’Uovo, una noce di Burro, due cucchiaini di Zucchero, una cucchiata di *Rumme*, odore di scorza di Limone, Lievito di Birra 30 gr., un pizzico di Sale.

Preparare il Lievito di Birra mescolandolo con 40 grammi di Farina ed un po’ di latte tiepido. Cuocere il Riso nel Latte in modo che riesca sodo, e per evitare che si attacchi mescolare quasi di continuo.

Tolto dal fuoco ancora tiepido bisogna versarci il lievito già rigonfiato, le uova ed il resto della farina, i pinoli, il *Rumme*, e un altro *pò* di Latte se occorre.

Dopo averlo lavorato bene, bisogna metterci l’Uva e poi il tegame va rimesso *dell’altro* sul fuoco che deve *esse’* basso.

Quando il tutto avrà rigonfiato bisogna gettare l’impasto, a cucchiatae nella padella dove bolle l’Olio; le frittelle vengono che è una meraviglia.

Appena tirate su, mi raccomando di *sporverizzalle* con lo zucchero a velo. Vanno mangiate calde, e non come a Pisa, che le mangiano il giorno dopo! quei ghiozzi !

Se ‘un piangi, ‘un puppi

Se ognuno pisciasse cor suo !

Frittura di Baccalà

Quando *s’era* poveri, di Baccalà se ne mangiava tanto, ma tanto; costava poco e riempiva molto. A me piace ancora, ma è difficile *trovallo*. In Venezia in qualche vecchia Trattoria si trova: io ve lo consiglio!

Ingredienti per 4 persone: Baccalà 800 gr., Vino bianco, Farina bianca, Olio d’Oliva abbondante.

Bisogna, prima di tutto tagliare a tranci il Baccalà e farlo bollire in acqua abbondante. Appena spicca il bollore, va levato, asciugato, e tagliato a pezzi più *piccini* e spruzzato con il Pepe.

Dopo circa un quarto d'ora si mette nel Tegame, se in casa *'un* ce l'avete, chiedete al vostro miglior'amico di *prestavvi* il Tegame della *su*' moglie: va bene lo stesso !

Nel Tegame deve essere coperto di Vino bianco e lasciato a marinare per almeno per un'ora. Ritiratelo su e asciugatelo per benino; infarinate i pezzetti e passateli in una pastella di Farina, Acqua, e un po' d'Olio e mettetene uno per uno nella padella dove l'Olio d'oliva bolle e aspetta.

Quando i pezzetti vengono a galla e sono croccanti, tirateli su e mangiateli belli caldi.

Ci si beve Vino rosso, leggero.

Se avanza, ma è quasi impossibile si *pole mangià* il giorno dopo: è *bono* lo stesso, specie se alla fine ci si beve un *Poncino*.

**Uno alla vorta in collo a mamma !
Donna baciata, mezza trombata**

Fрати di Piazza Cavallotti

È difficile trovare qualcosa di più *bono* di un Frate appena fritto, specie se passi *co' la tu' bimba* in Piazza Cavallotti e ti ha detto che verrà con te a *vedè* il tramonto al Maroccone.

Ingredienti: Farina 1 chilo, Lievito di birra 50 gr., Burro 100 gr., Uova 2, Olio d'oliva, Zucchero semolato e vanigliato.

Si possono *fa'* anche in casa, ma *'un'* è la stessa cosa, e allora bisogna impastare la farina, con 2 Uova, un cucchiaino d'Olio d'oliva, e mezza tazza d'acqua tiepida dove s'è sciolto il Lievito di birra. Se l'impasto viene troppo asciutto, si *pole* aggiungere un po' di Latte. Una volta lavorato bene, l'impasto va lasciato lievitare per una mezzoretta, coperto da un cencio.

Poi, si fanno delle pallette che si allargano a formare delle ciambelle con un buco al centro, e s'affogano in un mare d'Olio bollente.

Deh, messi e levati appena galleggiano, vanno poi strusciati di qua e di là, nello Zucchero, e subito mangiati. Come sono *boni*, belli caldi !

**Cor ponente, pesci niente !
Poggio e bua fanno piano**

Orata della Meloria

Anche l'Orata è un pesce molto apprezzato dai livornesi che quando ne pescavano molte, era una manna perché lo potevano *vende*, come l'oro, specie ai Fiorentini, Milanesi e ai Pisani: sanno una sega del pesce, loro!

Ogni tanto, però si racconta che *vuarcheduna* se la mangiavano per conto loro, i pescatori, magari fermandosi un po' alla Meloria *pe' riposassi*.

Ingredienti per 4 persone: Orata da un chilo, Acqua di mare, Limone, Olio d'oliva, Sale, Pepe in grani.

L'Orata va sventrata, sbuzzata e lavata per benino, con l'Acqua di mare; l'ideale è fallo alla Meloria, dove l'acqua è pulita, perché dei pisani che persero proprio lì la battaglia navale coi genovesi non c'è rimasto più

nulla e quindi l'acqua è pulitissima. Mi raccomando di non *squamalla* ! L'Orata va poi messa sulla gratella, dove sotto ci deve essere il bel calore rosso della brace. Ogni tanto bisogna che l'Orata sia bagnata con l'Acqua di mare e girata da una parte e dall'altra, continuando con qualche spruzzata d'acqua.

Quando l'Orata è ben cotta, e un filino abbrustolita, si poggia su di un vassoio s'annaffia con un po' d'Olio d'oliva e dopo una bella spruzzatina di limone, si divide in quattro, e si mangia, bevendoci su del Vino bianco.

È ammesso *attaccassi* al collo del fiasco.

Dopo 'r dolce si caa l'amaro

La prima è de' ragazzi

Pastasciutta co' le Fave

La solita ricetta che *'un* costava nulla, piaceva *all'omini* e alle donne che al mercato, in Piazza Cavallotti o a San Marco ci scherzavano su con quel loro spirito disinibito e libero delle donne Livornesi. "Giovane! me la dia bella grossa e fresca, oggi, la fava *'un* voglio che in casa mia manchi! ci mancherebbe *artro* ! "

"Dhe ! bella mora, l'ho *asserbata* apposta per Lei, senza *dillo* alla *mi'* moglie, che ci va matta "

E così, un po' per scherzo e un po' dicendo la verità, belle donne e forti giovanotti provavano a... tastare il terreno.

Ingredienti per 4 persone : Fave sbucciate 400 gr., Spaghetti grossi 300 gr.. Aglio, Basilico, Prezzemolo, Olio d'oliva, Formaggio piccante, Concentrato di Pomodoro, Sale, Pepe.

In un bel Tegame, quello solito che avete in casa, fate un bel soffritto con l'Olio, l'Aglio, il Prezzemolo, aggiungete il Concentrato di Pomodoro, poi buttateci le Fave sbucciate e allungate con un po' di brodo o se *'un ce l'avete*, fate con un po' d'acqua, e girate spesso; dopo un'oretta, ci potete saltare gli spaghetti, che avevi fatto *bollì* in una bella pentola piena d'acqua. Servite gli spaghetti, belli *cardi* spruzzandoli con un battutino d'Aglio, Basilico e parecchio Formaggio piccante.

Dopo, *pe' levassi* di bocca, il gusto delle Fave, beveteci un paio di Ponci, Livornesi, sempre belli caldi.

Si dice che alle donne pisane la pastasciutta con le Fave Livornesi, *'un* bisogna *danne*, *sennò* *'un* te le levi più di torno.

Io, non lo so, se è vero; ma se lo *diono* ! un motivo ci *dev'esse*.

Vando va male, vada sempre 'osi

Da urtimo si 'onta i noccioli

Penne ar Favollo

Il Favollo è uno dei Granchi che i Livornesi amano di più; è grosso, rosso un po' peloso e dall'aspetto mostruoso. *Catturalli* è un punto d'onore per i bimbi quando cominciano a *girà* sugli scogli d'Antignano o del Romito, prima *cor* babbo e poi da soli.

Riuscire a *catturà* un bel po' di Favolli, falli *vedè* agli amici è un gran vanto e molto di più quando arrivando a casa, il bimbo li fa vedere alla mamma, dicendo "*Dhe*, mamma oggi si mangia, *varda ui* che *popò* di Favolli ha preso *ir tu' bimbo*"

E la nonna, che ha sentito: "*Dhe, meno male ci sei te ! sennò come si farebbe ?*"

Ingredienti per 4 persone: Favolli 1 kg., Penne rigate 300 gr., Pomodori pelati 1 kg., Aglio, Sale, Peperoncino, Salvia, Prezzemolo, Due noci di Burro, Olio d'Oliva.

In un bel Tegame pieno di circa un litro d'Acqua si mettono a *bolli* i Favolli, dopo averli ben lavati, meglio se in acqua di mare, insieme ai Favolli bisogna anche metterci i Pomodori pelati. *Nun ve li scordate, sennò sciupate tutto.*

Lasciando il Tegame scoperto fate *bolli* per circa una ventina di minuti, poi bisogna tirar su i Favolli, romperli e *sporparli* lasciando intere le chele, mentre si *sporpano* i Favolli, a parte, bisogna preparare un bel soffritto di Aglio, Salvia, Peperoncino, in Olio *bono*; di Aglio e Salvia mettetevene parecchio.

Fatto il soffritto, ributtatelo nel Tegame con la *porpa* e le chele dei Favolli e continuate a far *bolli* tutto finché *'un sia* ben ritirato, ci vorrà circa un'oretta.

Quando il sugo sembra ormai pronto e pastoso, fate bollire l'Acqua in una bella pentola e *coceteci* le Penne rigate, tiratele su quando son pronte e saltatele in padella con il sugo fatto, aggiungendo le *du'* noci di Burro, servitele nei piatti con una bella spruzzata di Prezzemolo tritato.

Le chele distribuitele in modo equo, perché *paciono* a tutti, *mia sortanto* a voi !. Anche con questo piatto, come con il Cacciucco bevete vino rosso, ma leggero e giovane.

**Senza lilleri 'un si lallera
A' voglia di be ova, 'un ti rimetti**

Ponce alla livornese

Prima di tutto per bere il *Ponce*, ed *apprezzallo*, si deve essere nati a Livorno o comunque, *volegli* bene, *sennò un si pole capì* la poesia del *Ponce*! Quando da bimbi si diventa grandi il babbo o il nonno dicono: *"via, al bimbo fagli bè un poncino"*, e questo vuol dire entrare per sempre nel mondo degli adulti, e ci si ricorda per tutta la vita. Appena si beve la prima volta, sui dieci, undici anni, ti viene *fori* un'espressione che è una specie di marchio Livornese *"Boia dhe! ti sganascia !"*.

Ingredienti: Caffè, *Rumme*, Zucchero, Scorza di Limone.

Si comincia dal bicchiere, che deve essere largo e basso, di vetro spesso, come il gotto delle fiaschetterie toscane. Si mette il caffè bollente per metà bicchiere, poi si aggiunge lo zucchero che deve essere sciolto nel caffè con il vapore della macchina, infine si riempie il bicchiere con il *Rumme*; tocco finale la scorzetta di limone. Il *Rumme* non deve essere troppo fine ma piuttosto scuro rozzo, denso e robusto, *un'è roba* da bimbi. *Varcheduno* ci mette anche un pizzico di Zenzero e fa la *Torpedine*. Il *Ponce* per i Livornesi e le Livornesi è quel qualcosa in più che *l'artri* non *cianno*, e si offre a tutti; dopo *avello* bevuto ci si sente più *boni* e allegri: cosa si *vole* di più ! Una variante del *Ponce crassio*, è quello che fanno ancora *varchevorta* in certi *Barri*; si mette il bicchiere sotto la caffettiera, un misurino di Caffè e poi *"mastice"* a piacere, e una bella svaporizzata per portarlo a bollire. Il tocco finale è di aggiungere un chicco o due di caffè Il *"mastice"* è un miscuglio ottenuto macerando nell'Alcool semi di Anice verde.

**Chi piscia 'hiaro, van culo ar medio
Promette e mantènè, è da gente paurosa**

Porpi de' Corsari

Il *Porpo*, a Livorno è sempre piaciuto, fatto in tutti i modi; specialmente quando veniva pescato in Calafuria, è il famoso *Porpo* di scoglio, che in qualunque cucina, fa fare alla cuoca una gran bella figura.

Ingredienti per 4 persone: *Porpi* di Calafuria 1 chilo, Aglio 3 spicchi, Olio d'oliva, Sale, Pepe, Prezzemolo, Pomodori 500 gr., Vino rosso.

I *Porpi* vanno puliti levandogli *l'occhi*, l'interiora, il becco, e lavati, ma senza esagerare e risciacquati in acqua di mare, lasciandoli poi asciugare al Sole, mentre si prepara un bel soffritto con Olio d'oliva, Aglio

tritato fino, Sale. Quando l'Aglio rosola bisogna buttare nel tegame i Pomodori, da far cuocere per circa dieci minuti. A questo punto il *Porpo* va messo nel Tegame dopo averlo fatto a pezzetti non troppo piccini. Il *Porpo* deve *coce* per almeno una mezzoretta, col tegame coperto, girando i pezzetti ogni tanto. Quando è cotto va servito bello caldo con una spruzzatina di Pepe e un tritino di Prezzemolo fresco. Ci si beve Vino rosso leggero, che si può usare anche per annaffiare il *Porpo*, se durante la cottura si seccasse troppo. Un bel *Ponce* al Mandarino è l'ideale per *pulissi* la bocca dopo mangiato.

**Aspettà e 'un venì è una 'osa da morì
Quest'anno frignolosa, 'un'antranno sposa**

Pulenda dolce

È semplicissima e tanto *bona*. Piaceva molto a mio padre e la *mi'* nonna Carola gliela faceva ogni volta che poteva. Quando è molto spessa, a Livorno si chiama anche Pattone, naturalmente è un piatto povero, anzi poverissimo, ma quando siamo poveri belli e giovani anche la *Pulenda* sembra una leccornia !
Intorno a Livorno, Castagni *'un ce né* e quindi bisogna pensare che la farina *dorce* arrivasse dalle colline pisane, Castellina Marittima, Miemo, Chianni; chissa forse la portavano i boscaioli quando venivano a *vedè ir* mare e si riportavano a casa il Baccalà.

Ingredienti per quattro persone : Farina di castagne 400gr., sale, Ricotta (quando c'era).

È facilissimo, basta *sappella fa'*. In una pentola si mette a *bolli* l'acqua con un *poino* di Sale e quando bolle si comincia a buttare la Farina di castagne, *poa alla vorta*, e si gira continuamente con un mestolo per circa una quarantina di minuti.

Poi quando è pronta e ben ritirata si versa su di uno spianatoio e si taglia a fette con un filo. Va mangiata bella calda.

Se c'è anche la Ricotta è la fine del mondo metterne un po' sulle fette, se *'un c'è* pazienza è buona lo stesso così.

Per *pulissi* la bocca ci si *pole be'* un bel bicchiere d'Aleatico, quel vino *bono* dell'Isola d'Elba .

**La donna è come 'r maiale: 'un si butta via niente'
Quattro son le bellezze di Livorno: Mori, mare, mura, marina**

Riso nero

'Un'è facile fallo, ve lo dio subito! le prime *vorte*, *pole* anche *'un venì*; mettetece la tutta, quando decidete di *fallo*. Come diceva l'Armida di Stringi-stringi: "quando si *coce* il Riso nero ci *vole* la medesima passione di *'uando* sei nel *macchione* col tu' morettino", è vero perché entrambe le attività, riserbano grande soddisfazione.

Ingredienti per 4 persone : Seppie di scoglio 600 gr., Riso 400 gr., 2 spicchi d' Aglio, 1 Peperoncino rosso, 2 cucchiari di Sugo di pomodoro, 1 ramaiole di brodo di carne (mi raccomando no di pollo), 1 bicchiere di Vino bianco, Olio d'Oлива.

Prima di tutto pulite bene le Seppie, levandogli le *vescie* col nero, che va messo da parte, per dopo; poi bisogna prendere un bel Tegame con il bordo bello alto e *facci* un bel *soffrittino* con l'Olio d'oliva il Peperoncino e l'Aglio schiacciato.

Appena l'Aglio si rosola è il momento di mettere nel Tegame la Seppia a *troccoletti* e aggiungere un po' di Sale. Quando si vede che le Seppie cominciano a prendere colore è il momento di *buttà* nel Tegame il Riso col Vino bianco e rimestare spesso.

Mi raccomando il Riso, *'un* si deve *attaccà* , per questo si aggiunge anche il ramaiolo di Brodo. Girare parecchio e quando il Brodo è assorbito è il momento di aggiungere il Nero di Seppia che va estratto dalle *vescie*.

Rimestate ancora ed aggiungete il Sugo di pomodoro, portando tutto a cottura . Ve lo *ridio* *'un* no fate *attaccà* ! e poi servitelo.

Ora qui ci sarebbe una discussione lunga quanto da *'Vattro Mori* al Cisternino, perché *varcheduno* ci dà anche una spolveratina di parmigiano;

Dhe, qui ragazzi è dura ! io *'un* ce lo metto ma a parecchi Livornesi gli ci piace. Fate come vi pare.

Il *Ponce* è d'obbligo, quello al *Rumme*; da Carlo in Piazza del Luogo Pio, se *'un* ci bevi dietro il *Ponce* ti pigliano a *gollettoni*.

A Livorno c'hanno i ponci ner cervello

I belli metteno 'r pipi all'asta

Spaghetti all'Ardenzina

Semplici, semplici ma appetitosi e *boni*, questa pastasciutta *la po' fa* chiunque, e se in casa *'un c'è artro*, ti levano la fame e ti danno un po' di quel pizzichente in bocca che poi è la scusa *pe' becci* un po' di Vino *bono*, meglio se bianco e *cantacci du' stornelli*, come cantavano all'Ardenza:

"D'estate me ne vò verso Livorno dove le belle bimbe me la danno, dove le belle bimbe me la danno, . . . prima la *bonasera* e poi il *bongiorno* !" Se il convivio passava la sessantina c'era sempre la ex bella mora che *ciaveva* da aggiunge varcosa: " Ma cosa voi che ti *diano* a te, che un ti *riordi* più nemmeno *'ome* si fa" e giù, risate e Vino. Ma quando *ciai* davanti il Fanale e il Sole che tramonta dietro la Meloria cosa voi di più !

Ingredienti per 4 persone: Spaghetti 500gr., Olio d'oliva, spicchi d'Aglio, Prezzemolo tritato, Pecorino, Sale, Pepe.

Mentre nella pentola bolle l'acqua e ci si sono buttati gli spaghetti (mi raccomando grossi) bisogna *prende'* un bel Tegame *metteci* un po' d'Olio e *affettacci* l'Aglio, ma non troppo fine. Quando l'Aglio è rosolato e la pasta è cotta, bisogna *scolalla* bene, bene e *buttalla* nel tegame, *sartalla* e servirla bella calda nei piatti. Una bella spruzzata di Pecorino e *du' foglioline* tritate di Prezzemolo terminano il capolavoro. Vino bianco e caso mai, *Ponce* al Mandarinino per *ripulissi la bocca*. Più facile di *'osi* !

L'ebreo, prima o poi l'ebreata te la fa

Di fame 'un'è mai morto nissuno, ma 'r pane si mangia in tanti modi'

Spaghetti alla sverta

Boia, dhe! la fantasia de' Livornesi è incredibile, *pe' fassi du'* Spaghetti velocemente, senza tanti fronzoli hanno attinto ai loro ingredienti più comuni e d'Estate, la sera, dopo una bella *notata* o rientrando a casa *co'* la fame, non c'è niente di meglio che questa pastasciutta, svelta, svelta !

Ingredienti per 4 persone : Pomodori freschi e maturi 500 gr., Spaghetti 300 gr., Basilico, Aglio, Olio d'Oliva, Prezzemolo.

Ragazzi ci *vole du' menuti*, pigliate un bel Tegame *e strofinare* il fondo e i bordi coll' Aglio, lasciando cadere *varche* pezzettino dentro, poi passate nel Tegame i Pomodoro dal passatutto con la grata più fine e aggiungete un bicchiere d'Olio d'oliva e una decina di foglie di *Basilio* spezzettate.

Mentre *l'intruglio* riposa, mettete l'Acqua *ar foò*, e *cocete* gli Spaghetti, appena sono *ar dente*, scolateli per benino, e rovesciateli nel Tegame, messo sul *foò*, coll'intruglio e girate per *rimescolalli* bene.

Serviteli nelle scodelle con una bella spruzzatina di Prezzemolo tritato. . . . e *'un dite che 'un son boni*, perché *'un* ci credo.

Dato che la ricetta è così *economia*, ci si *pole beè*, *varche bel* gotto di Vino bianco. Ai pisani *datene* l'avanzi, così imparano *varcosa* !

**Santa Giulia fa l'elemosina ar Domo
Meglio puzzà di merda che di povero**

Stoccafisso del Porto

Lo Stoccafisso, non è un pesce dei nostri mari, ma i Livornesi lo mangiavano perché all'epoca *'un* costava quasi nulla e lo compravano a chili, al Mercato Centrale o in Piazza Cavallotti, senza *spende* tanto, e con quello levavano la fame *all'omini di 'asa*. Quando si faceva lo Stoccafisso, se ne faceva "una Conca", così c'era da *mangià* per qualche giorno.

Ingredienti per 7/8 persone: Stoccafisso 2 chili, Cipolle due o tre, 6 spicchi d'Aglio, 5 Pomodori pelati, Concentrato di pomodoro sciolto in una tazza, Sedano tritato, un po' di Basilico, Zenzero tritato fine, un paio di fette di Limone grattugiato, 2 bicchieri di Vino rosso, 1 bicchiere di Vino bianco.

Lo Stoccafisso bisogna *tenello* almeno tre giorni a mollo e poi almeno *du'* volte il giorno va bastonato e va cambiata l'acqua. Lo Stoccafisso va sbriciolato colle mani e messo in un Tegame, c'è sempre qualche Tegame in casa. Nel Tegame si fa del soffritto con Cipolla, Aglio, Olio, quanto *ce ne vole*, girando con il mestolo e aggiungendo, Sale, Pepe, Vino. Quando il Vino è tutto ritirato, si butta il concentrato di Pomodoro sciolto nella tazza, e il sedano tritato. Dopo *poino* si aggiungono Pomodori pelati, lo Zenzero, e la buccia di Limone grattugiata. Bisogna *lasciallo* al fuoco per almeno un'ora e mezzo, con il Tegame coperto. Non si deve prosciugare, mi raccomando ! senza il sugo lo Stoccafisso *'un sa* di niente; sarebbe come *passà* una serata con un pisano.

**Ar briaio tutti ni danno da bè
Se fosse bono 'un no 'iamerebbero , brodo !**

Torta di ceci

Anche se nata a Genova la "Farinata" a Livorno ha trovato la sua vera patria, e qui è stata chiamata nobilmente Torta. Per i Livornesi la sua variante col Pane francese, il Cinquecinque, ha lo stessa posizione del Cacciucco e delle Triglie.

Ingredienti per 8 persone: Farina di ceci 500 gr., Olio, Sale, Acqua e Pepe.

Bisogna *prende* la Farina di Ceci e stemperarla in acqua, che *devesse bona* e *'un saper di cloro*, per mezzo chilo di farina ci *vole* circa un litro e mezzo d'acqua. Mentre si scioglie la farina di Ceci bisogna stare attenti a che non si formino dei grumi, poi ci si mette un po' di Sale, quello fine mi raccomando, e un cucchiaino d'Olio d'oliva, si gira ancora un *poino* e poi si deve far riposare per circa 4 ore.

Quando, poi il forno è ben caldo si prepara la teglia, grande e tonda come deve essere, si unge con un paio di cucchiaini d'Olio d'oliva e si versa la farinata, attenti a che non ci vadano grumi nella teglia.

Si infila in forno e s'aspetta una *mezzoretta*, senza mai *apri* lo sportello del forno.

Quando si tira fuori deve essere fumante con la superficie increspata e croccantina.

La Torta si serve solo agli amici, si taglia una bella fetta, si mette sulla carta gialla, per assorbire l'eventuale unto, e si dà con una abbondante spruzzata di Pepe.

Mentre si mangia sembra che il mondo sia più *bono* e se dintorno non ci sono pisani, sembra *desse* in paradiso: calore, profumo, gusto !

Dopo una fetta se ne mangia un'altra e poi un bel *Ponce* al *Rumme* mette tutto a posto.

Se poi avete la fortuna di essere al tramonto alla Terrazza Mascagni o all'alba sul Voltone di fronte alla Fortezza Vecchia e avete un po' di Pane francese allora è il massimo; la Torta mettetela in mezzo al filoncino e godetevi il vostro "Cinquecinque", di meglio *'un c'è niente*.

**Matti, bria i e bimbi hanno un santo dalla sua
La 'asa è de' vecchi !**

Triglie alla Livornese

Dopo il Cacciucco, è il piatto. L'ideale è fare questo piatto in Primavera, quando l'acqua di mare è meno fredda e le Triglie *enno* di misura giusta. In questo piatto *c'è morto della 'ucina* ebraica che mette il pomodoro dappertutto e che nella tradizione italiana a preso il nome "alla livornese" e che unisce al Pomodoro, l'Aglio e il Prezzemolo. Il profumo che ne deriva è *unio* e ti fa *veni* in mente Calafuria, la Meloria, Calignai.

Ingredienti per 4 persone, meglio se solo Livornesi, perché il piatto viene più *bono*: 12 Triglie da 100 gr. l'una, Pomodori pelati 500gr., Olio, 2 spicchi d'Aglio, Prezzemolo, 1 cucchiaino di Pepe nero, Sale.

Per questo piatto ci *vole* un bel Tegame, quello di *tu' ma'* va bene. Olio e l'Aglio, ben soffritto e rosolato; a questo punto bisogna *metteci* i Pomodori pelati, tutto il mezzo chilo; va bene anche *buttacci* dei Pomodori freschi, ma devono essere maturissimi. Insieme ai Pomodori non ci si deve *scordà*, un po' d'acqua, Pepe e Sale, portando poi al bollore per una ventina di minuti. Non fate *bollì* troppo forte ! Poi bisogna mettere nel Tegame le Triglie, belle pulite ma non troppo lavate, adagiandole sul fondo del Tegame una per una delicatamente, *nun* si devono *sfà*. Ogni tanto vanno mosse, tentennando il tegame, ma senza *giralle*, *sennò* si sciupano. Dopo una decina, quindici minuti le Triglie sono pronte; si servono in un bel piatto pulito e asciutto cospargendovi sopra un bel tritino di Prezzemolo fresco e crudo. *Dhe*, meglio di *'osi* ! . L'ideale sarebbe di finì con un bel *Ponce* al Mandarino.

**Dove sorte 'r sangue, entra 'r mestiere
Coscia lunga, taglio fine**

Topini al Ragù

I Topini, che fuori Livorno, chissà perché, chiamano gnocchi di patate, sembrano proprio piccoli topi, cioè topini, come si chiamano anche i bimbi *piccinini*.

“Vieni *bel mi' topino*, vieni dal *tu' babbo*, che oggi ti porto a' Pancaldi e si fa una bella *notata* insieme”.

Topino o Topo si dice anche all'amico: “*Vieni topo!*” Adottate al femminile e dette per strada, le stesse espressioni assumono un altro significato, apparentemente offensive, ma tanto desiderate dalle ragazze: “*Dhe* lo sai!” dice un'amica all'altra facendo finta, maliziosamente, di *esse* scandalizzata “quel morettino dell'altra sera? passavo per Via Borra e lui fa, *Boia che Topa* che sei! *quel popò di maleduato*.”

Beata te che queste *'osacce 'un te le diono!* “

Ingredienti per 4 persone: Patate 1,5 kg., Farina 500gr., Uova 2, Sale, Carne macinata 300 gr., Pomodori pelati 400 gr., 1 Dado da brodo, Olio d'Oliva, Pepe, Noce moscata, Cipolla, Sedano, Prezzemolo, Carota, Basilico, Parmigiano.

Per questo piatto c'è da fare due cose: I Topini e il Ragù di *ciccìa*.

I Topini si fanno *'osi*; lavate le patate e fatele *bolli* in *di morta* Acqua salata, poi schiacciatele col passatutto e mettetele sullo spianatoio insieme alla Farina, con la quale bisogna *mescolalle* aggiungendo l'*Ova*, e un pizzico di Sale; bisogna mescolare ed amalgamare parecchio aggiungendo ogni tanto una spolverata di Farina per non fare attaccare l'amalgama al legno dello spianatoio.

Dopo aver lavorato parecchio il tutto bisogna prenderne un pezzo alla volta e girarlo con le mani facendo una specie di filetti di pane grossi come un dito.

Poi tagliate il filo ogni *du'* centimetri aggraziandoli con un tocco della forchetta. Lasciateli un po' ad asciugare perché poi andranno buttati nell'Acqua e conditi con il Ragù.

Il Ragù si fa *'osi*; si tritano e si buttano nell'Olio, tutti gli ingredienti e cioè, Cipolla, Sedano, Prezzemolo, Carota, *Basilio*, Noce moscata.

Quando si imbondisce la Cipolla s'aggiunge la *Ciccìa* macinata e i Pomodori pelati con il Dado da brodo; per fare il Ragù ci vogliono almeno due ore, ma poi è buonissimo.

Quando i Topini *'enno'otti* vanno leggermente saltati con il Ragù e serviti nei piatti grattandoci sopra *di morto* Parmigiano. Mentre si faceva il Ragù bisognava aver aperto una bottiglia di Vino rosso, magari Chianti, perché co' Topini ci vogliono gotti di Vino buono.

Non glielo dite ai pisani come si fa il Ragù, perché dopo due o tremila volte che ci provano magari riescono a *fallo* anche loro; *Dhe* sarebbe un peccato!

Aria rossa, piscia o soffia

Un sorsetto alla vorta, si vota la damigiana

Zuppa d'Arselle

“*Armeno* mangiamo un piatto d'Arselle, se *'un c'è artro*”, come dire che un piatto più povero di questo non c'è.

Si sentiva dire spesso tra la gente povera e oggi non si direbbe mai, anzi mangiare l'Arselle, è molto ricercato anche perché sono *poi* quelli che le sanno fare; però ad Antignano o al Calambrone si trova ancora chi le sa *fà*. Se vi capita, di *passà* da quelle parti, io ve la *'onsiglio*.

Ingredienti per 4 persone: Arselle 1,5 kg., Fette di Pane abbrustolito 4, Olio d'Oliva, Sale, Pepe, Aglio, Peperoncino, 1 Limone, 1 gotto di Vino bianco.

L'Arselle vanno lavate bene, sotto il rubinetto e poi . . . rilavate ancora *sennò* ci rimane la sabbia; *'un siamo mia* a Pisa dove mangiano tutto! Meglio sarebbe *lavallo* una per una. Mentre si lava l'Arselle, nel Tegame (*sa'osa 'un ce n'è tegami a Livorno!*) si prepara un bel soffrittino d'Olio, Aglio e Peperoncino. Con l'Olio e l'Aglio si *pole* anche un po', *esagerà*. Quando l'Aglio ha preso un bel colore, si butta nel Tegame il gotto di

Vino bianco e appena comincia a *ritirà*, vanno buttate l'Arselle, e piano, piano girate con un mestolo di legno, fino a che una alla *vorta* s'aprono.

Quando sono tutte aperte vanno versate nel piatto sopra il Pane abbrustolito e ancora caldo, *'un vi dimentiate* una bella spruzzata di Limone e *d'un mangià* i gusci che *'un* sono facili da *digerì*. La *mi'* nonna Carola, dopo ci beveva un bel *Ponce al Mandarino*, tanto *pe tirassi* su.

Botta, botta; fio, fio

Quando 'r diavolo t'accarezza, vole l'anima

Danilo "Uliano" Andolfi

Danilo Andolfi (1942)

Nato tra i Fossi di Venezia, quella livornese, è cresciuto all'ombra delle ciminiere, quelle della soda, della sirena che chiamava i lavoratori della Solvay e dell'estate ai Canottieri. Voleva fare il Chimico al Paese Novo e si trovò, sposata una vadese, a fare l'emigrante: Milano, Torino, Firenze, Bologna e poi a giro per il mondo. Così da Polveroni a New York, da Castiglioncello a Pechino, dalle Cinque strade a Buenos Aires, dal Gabbro a Lagos s'è portato dentro la magica atmosfera del litorale livornese, il mare, le ginestre, i pini ed i lecci.

Così tra Consigli d'Amministrazione e Budget, 'businnes' e competition' gli è sempre mancato il tempo di godersi il tramonto di Punta Righini o la libeccciata alla Buca dei Corvi.

Ora scribacchia di un po' di tutto, Saggi, Romanzi, Poesie, illudendosi che il nipotino legga qualcosa di quello che lui scrive, specie di quelle scogliere livornesi, dovute abbandonare così presto e che il bimbo non conosce, dove il mare, accogliente, è sempre lo stesso e sempre la risacca si fa sentire ed in questa eternità, per un attimo, per un soffio, c'è stato anche lui con la sua vita, granellino piccolo di un'eternità il cui senso sfugge, ma che fa sentire grande, piccolo, eterno e nulla allo stesso tempo mentre volano i gabbiani a cercare la spuma bianca ed i pesci fuggono e ritornano, sfidano la vita, sfidano la morte.

Boia dhe! che popo' di discorsoni, roba da pulenda a palle, meglio sta qui co' la lenza in mano sperando d'un fa' la 'alata der Giunti, 'uello dell'acqua fino a' 'oglion e pesci punti e sperà che vella donna che mi sopporta da quarant'anni abbi fatto varchecosa da mangia', un dio un cacciucchino, ma du' cee me le mangerei davvero, poi un bel poncino e chi s'è visto, s'è visto. Mi fermo, mi fermo, sennò v'annoio troppo, dartra parte: a un Livornese ci vole cento lire a fallo comincià e mille a fallo smette!