

La Val di Magra

Guida a Val di Magra

Autore: Caviglia Francesco *receptionist* e alunno dell'I.P.S.S.A.R “Giuseppe Casini” di La Spezia. Questo e-book è dedicato a tutti coloro che vogliono visitare la Val di Magra, sia turisti che escursionisti.

© 2009 Caviglia Francesco



Questo e-book è rilasciato con la licenza **Creative Commons** “Attribution-Non-Commercial-NoDerivs 2.5”, consultabile all’indirizzo creativecommons.org. Pertanto questo e-book è libero, e può essere riprodotto distribuito, con ogni mezzo fisico, meccanico o elettronico, a condizione riproduzione del testo avvenga integralmente e senza modifiche, commerciali e con attribuzione

della paternità dell'opera.

Premessa

Questa guida nasce per tutti coloro che voglio scoprire non solo i prodotti tipici del luogo ma anche la storia e le tradizioni, che nel tempo hanno fatto sì che la Val di Magra diventasse patrimonio culturale. In particolare si esaminerà il Comune di Castelnuovo Magra.

Cenni Storici

Il comune di Castelnuovo Magra si estende nell'ultimo tratto della piana alluvionale del fiume Magra, in quella parte della provincia della Spezia poco distante dal confine con la terra di Toscana e circoscritto da colline. Sono queste le zone che rientravano nella giurisdizione di Luna, colonia romana fondata nel II secolo a.C presso l'estuario del fiume, in un territorio che fu dei Liguri.

Il borgo antico di Castelnuovo Magra è situato a 188 m. s.l.m. ed è il capoluogo con più ampia rete di frazioni, idealmente unite in pianura dal Canale Lunense, che è un'opera idrica ottocentesca realizzata a scopo irriguo. I suoi argini, in parte ancora percorribili, collegano la piana di Castelnuovo Magra ai vicini comuni della Val di Magra.

A partire dalla prima metà dell'XI secolo, grazie alla sua posizione favorevole, fu scelta come sede vescovile e come postazione di controllo per sorvegliare il transito lungo la Via Romea-Francigena, importante asse di collegamento per i pellegrini che dal nord Europa si dirigevano a Roma.

Nel 1235 il vescovo Guglielmo fece fortificare il borgo cingendolo di mura. Nel 1273 Enrico

da Fucecchio, appena nominato vescovo di Luni, iniziò la costruzione del castello vescovile sulle fondamenta del preesistente castello di Santa Maria. Il palazzo fortificato assieme alle mura avevano il compito di salvaguardare il potere ecclesiastico locale dai genovesi, insediati in molte zone della Lunigiana e della Toscana. Una data importante nella storia di Castelnuovo risale alla notte tra il 6 e il 7 ottobre del 1306, quando Dante Alighieri, ospite del castello, ebbe il ruolo di intermediario e di garante nell'atto di pace siglato tra il vescovo di Luni, Antonio Nuvolone da Camilla, che governava su Sarzana, e il marchese Francesco Malaspina di Mulazzo, padrone della Lunigiana toscana. Una lapide murata all'interno del palazzo del 1906 e una pittoresca rievocazione storica in costume che si svolge ogni anno ad agosto ricordano ancora oggi l'evento.

Nel 1314 Castelnuovo passò sotto il dominio del nobile ghibellino Castruccio degli Antelminelli. Alla sua morte la città fu occupata dai pisani, per poi diventare proprietà dei Visconti dal 1369 al 1402 e dal 1407 della Repubblica Genovese. Alla fine del XV secolo passò al Banco di San Giorgio che confermò gli statuti quattrocenteschi.

Il Centro Storico di Castelnuovo Magra domina il paesaggio dall'alto della collina, prolungamento di Monte Bastione. Esso è caratterizzato dalla linea continua del borgo ed è delimitato da un lato dalla Torre del Palazzo Vescovile nella settecentesca piazza Querciola e dall'altro dal campanile della chiesa di S. Maria Maddalena.

Il nucleo più antico è da ritenersi quello ancora oggi chiamato "Borghetto". La sua struttura delle abitazioni doveva raccogliersi intorno a un edificio difensivo non più esistente, edificato a cavallo dei secoli XII e XIII, indicato come Fortezza di S. Maria. E' a questo "castrum vetus" che si affiancò il "castrum novum", citato nel 1203 dal Codice Pelavicino e culminante con la costruzione tra il 1275 e il 1277 del Palazzo Vescovile sul lato opposto del colle.

Oggi l'asse viario principale è Via Dante, lastricata in arenaria, il cui nome è legato alla presenza del Poeta a Castelnuovo Magra e al famoso atto di pace del 6 ottobre 1306. Lungo questo percorso si affacciano gli splendidi portali in arenaria e marmo dei palazzi

signorili.

Un camminamento voltato conduce alla piazzetta dove si trova il settecentesco Palazzo Amati-Ingolotti-Cornelio, oggi sede del Comune e dell'Enoteca Pubblica della Liguria e della Lunigiana.

Il bivio all'estremità nord del paese permette di raggiungere di nuovo la pianura o, in alternativa, di salire verso le colline. Si raggiungono in questo modo ai due centri in altura di Caprignano e Vallecchia.

Castelnuovo Magra è una terra ricca di vigneti e pertanto, per valorizzare questa sua vocazione, oltre alle tradizioni contadine e gastronomiche, nelle cantine dello storico palazzo comunale Ingolotti-Cornelio è stata realizzata la prima Enoteca Pubblica della Liguria e della Lunigiana (www.enotecapubblica.it).

L'Enoteca, inaugurata nel 1996, è un'Associazione che raggruppa Enti pubblici e produttori privati con lo scopo di valorizzare i vini e i prodotti locali, tra i quali spicca il Vermentino dei Colli di Luni, doc dal 1989, un bianco dal profumo intenso e fruttato e dal gusto secco con un fondo gradevolmente amarognolo che si accompagna preferibilmente con antipasti di mare freddi o caldi e in generale con il pesce.

Sono rappresentati tutti i produttori della provincia della Spezia e della confinante Lunigiana, regione storico-culturale che comprende lembi dei territori delle province della Spezia e di Massa-Carrara. In questa zona la coltura della vigna ha origini antichissime, risalenti al periodo dell'antica colonia romana di Luna, come ci ricordano le citazioni di Plinio.

Sempre nel solco della conservazione e valorizzazione delle tradizioni e delle attività tipiche della zona, legate principalmente alla coltivazione della vite e dell'ulivo, è nato in località Palvotrisia (sulla Via Aurelia), in un'antica casa padronale del settecento, il Museo "Cà Lunae" dedicato alla cultura materiale del vino (www.calunae.it). Il Museo, nato dalla raccolta personale di Paolo Bosoni, è articolato in cinque sale e crea, attraverso gli antichi

oggetti agricoli, un percorso evocativo nel mondo contadino della Lunigiana storica. Per le sue caratteristiche di qualità turistica ed ambientale il borgo ha ricevuto l'ambita "Bandiera Arancione" del Touring Club Italiano riservata ai comuni dell'entroterra italiano.

Ricette eno-gastronomiche della Val di Magra

Zucchini alberello di Sarzana

Tipologia: Ortaggi

Caratteristiche:

Lo zucchini 'Alberello di Sarzana' è una cultivar con frutti allungati di colore verde chiaro, simile per forma e dimensioni al 'Genovese'. Produzione: Tra le Cucurbitacee, lo zucchini si può considerare la specie termicamente meno esigente in quanto la produzione può anche essere costituita dai soli fiori femminili non ancora fecondati che vengono raccolti entro uno o due giorni. La semina si esegue a postarella, alla distanza di 1-1,2 m tra le file e 0,5-1 m lungo le file. La densità di piante per unità di superficie (m²) nelle cultivar con portamento ad alberello, coltivate in serra, varia tra 1,5 e 2 piante per mq, disposte su file binate (su un'unica aiuola sono presenti due file di piante) e con sostegno. Ricetta: Zucchini fritti [Zucchini fritti]

Ingredienti: 1/2 Kg di zucchini, sale, farina, bianchi d'uovo, olio.

Preparazione:

Pulire e tagliare gli zucchini in fette sottili nel senso della lunghezza, spolverarli con poco sale per fargli dare l'acqua. Infarinare le fettine e tuffarle nel bianco d'uovo montato a neve. Friggere in olio bollente.

Spungata

Tipologia:

Dolci e confetture

Caratteristiche:

Dolce di forma rotonda con aspetto spugnoso: nella parte superiore bucherellato ed

irregolare. Sfoglia di colore crema con glassatura superficiale.

Produzione: Ricetta: Ingredienti: 400 g di farina, 250 gr di miele, 250 gr di noci, 200 gr di zucchero, 2 bicchieri di vino bianco, 100 gr di fette biscottate (facoltativo), 100 gr di burro, 75 gr di mandorle, 75 gr di nocciole, 75 gr di noci, 50 gr di uvetta, 50 g di pinoli, 50 gr di cedro candito, 50 gr di scorza di arancio candita, mele e pere cotte al forno, 50 g di zucchero a velo, 50 g di pinoli, 1 cucchiaio di liquore, spezie, sale.

Lavorazione:

Pelare le mandorle immergendole in acqua calda, rompere finemente le fette biscottate. Tostare le nocciole poi pestarle insieme alle noci. Ammorbidire l'uvetta in acqua tiepida. Tagliare il cedro e la scorza d'arancia. Pestare nel mortaio le mandorle unite ad altrettanto zucchero e ai pinoli. In una casseruola portare ad ebollizione il miele e parte del vino. Amalgamare il tutto, spruzza di liquore e spolverizzare di spezie. Lasciar riposare per almeno un giorno. Preparare la pasta con la farina, lo zucchero, un pizzico di sale, il burro fuso, e il restante vino. Lasciare riposare per almeno 30 minuti. Stendere la pasta sfoglia da cui si ricavano due strati. Vengono utilizzate delle forme rotonde in legno di varie dimensioni sulle quali si adagia il primo strato di pasta sfoglia, sopra a questo il composto e poi l'altro strato di pasta sfoglia. Con un 'compasso' le estremità delle due sfoglie si saldano mantenendo all'interno il ripieno Sulla sfoglia superiore si pone della glassa e si bucherella per facilitarne la cottura interna. Il dolce così ottenuto si pone in forno a 200°C per 30-40 minuti. Una volta freddo spolverizzarlo di zucchero a velo. Prima di consumarlo si consiglia di porlo in forno a 100°C per qualche minuto in modo da ammorbidire il ripieno e rendere più croccante la sfoglia. Esiste agli antipodi della Liguria, a Seborga, un'altra versione di questo dolce, simile negli ingredienti nonostante la marmellata di prugne, la presenza del vino Rossese di Dolceacqua e la facoltativa aggiunta dello zabaglione.

Patè di lardo

Tipologia:

Carne, salumi e uova

Caratteristiche:

Salume fresco che va consumato entro un mese: più passa il tempo e più perde l'aroma conferitogli dalle essenze utilizzate. Il patè di lardo deriva dalla lavorazione del lardo di suino, salato e aromatizzato con erbe locali, adatto ad essere consumato spalmato su fette di pane appena scaldato. Si suggerisce di accompagnare i crostini con un buon vino bianco aromatico e fresco o meglio ancora con dello Schiacchetra (schiaccia e tira) delle Cinque Terre. Provare sul crostino di lardo un filo di miele.

Produzione:

Dopo una salagione minima di 20 giorni, il lardo viene scotennato, tagliato a pezzetti e macinato fine con una crivella che lo riduce alle dimensioni di uno spaghetti, creando una crema di lardo. A questo punto si lavora a mano, cospargendolo di aromi e spezie, 'erbe particolari che sono un segreto' per le due macellerie che lo producono. Nella macelleria di Castelnuovo viene confezionato in piccole salsicce simili a cacciatorini, mentre a Sassello viene venduto, come una crema, prelevandolo con un cucchiaino da una ciotola. Si conserva anche per circa un mese ma, se utilizzato entro due o tre giorni dalla sua preparazione, sprigiona tutti i profumi e gli aromi delle erbe spontanee utilizzate per la sua preparazione.

Prisciutta castelnovese

Tipologia:

Carne, salumi e uova

Caratteristiche:

Tutti conoscono il prosciutto, pochi, purtroppo per loro, la prosciutta, che i suoi creatori definiscono la 'moglie felice' del noto prodotto di salumeria. Se il nome nasce dalla fantasia, il prodotto è invece frutto dell'abilità di una famiglia di salumai di Castelnuovo Magra che ha saputo fondere la tradizione ligure con quella toscana creando un salume inconfondibile per il suo profumo delicato e per il sapore gustoso, esaltato dal pane casereccio e dal vino rosso.

Produzione:

Si scelgono le cosce del maiale calibrate, che servono per i prosciutti di migliore qualità, si disossa, si toglie lo zampino e lo stinco e si mantiene solo la parte più magra. Si pone quindi in salamoia, in una apposita vasca d'acciaio, sotto peso, girandola quotidianamente. Trascorsa una settimana, il taglio può già essere già utilizzato 'come carne salata'. Per ottenere invece la Prosciutta bisogna lavare la carne, strofinarla con un trito di spezie e trasferirla in una prima stanza di maturazione, al caldo ed in penombra, dove permane per circa due mesi accanto alle erbe spontanee delle vicine montagne. Successivamente si procede alla 'stuccatura', usando il suo grasso e di nuovo si 'massaggia' con le spezie. Tale operazione si ripete per almeno 3 volte, intercalata ad altrettante operazioni dette oleature: entrambe servono a far sì che le spezie penetrino meglio nella Prosciutta. Dopo almeno sette mesi, il prodotto rifinito è pronto per essere gustato. La giusta temperatura, l'utilizzo sapiente di aromi e sapori nonché la bassa esposizione alla luce, contribuiscono alla qualità del prodotto. Nella stessa zona si producono anche pancette e mortadelle.

Latte fresco di Marinella di Sarzana

Tipologia:

Formaggi, latte e derivati

Caratteristiche:

Latte pastorizzato fresco di alta qualità per uso alimentare, parzialmente scremato viene prodotto in provincia della Spezia nella Fattoria di Marinella di Sarzana da bovine allevate in loco. Il mercato di sbocco è quasi interamente locale ed avviene attraverso il canale del piccolo dettaglio tradizionale e della grande distribuzione della zona. Produzione: Il latte è prodotto da bovini di razza Frisona. La lavorazione, la pastorizzazione e il confezionamento avviene nella stessa notte del conferimento. Successivamente il prodotto viene avviato ai centri di vendita. Il prodotto deve la sua tradizionalità alla percentuale di latte locale presente.

Ciliegio durone sarzanese

Tipologia:

Frutta fresca e secca

Caratteristiche:

Pianta da frutto a maturazione primaverile, appartiene alle Drupacee, genere Prunus, specie cerasus. L'albero, di grandi dimensioni, allo stato adulto può raggiungere anche i 15-20 metri. Le foglie sono ovali e seghettate. Il frutto è una drupa di colore rosso scuro, lucido e di aspetto attraente. La polpa dolce e croccante, aderisce al nocciolo. Produzione: Per la propagazione vengono utilizzati come portainnesti il franco, il selvatico di monte o il Prunus Mahaleb, meno vigoroso del franco e meno esigente in fatto di terreno. Produce su dardi a mazzetto. Sensibile ai freddi invernali e alle gelate tardive, il Durone Sarzanese richiede terreni freschi, permeabili e profondi. In occasione di squilibri idrici concomitanti con la raccolta, si può verificare il cracking (spacco) della drupa con lacerazione della buccia e della polpa. La forma d'allevamento consigliata è quella del vaso a pieno vento con sestini di impianto tradizionali di metri 8x8; interessanti sono però le forme di allevamento 'bidimensionali', a bandiera e a ventaglio. Ricetta: Ciliegie sotto spirito La polpa soda si presta bene ad essere utilizzata per preparazioni sotto alcool e a trasformati come confetture e marmellate e, naturalmente, fresca. Ingredienti: 1 kg di ciliegie, 200 g di zucchero, alcool da liquori, 1/2 stecca di cannella, 5 chiodi di garofano.

Preparazione:

Tagliare il picciolo a metà e disporre le ciliegie lavate ed asciugate su un canovaccio per un giorno, poi metterle in un barattolo di vetro insieme con lo zucchero, la cannella e i chiodi di garofano. Coprire il tutto con lo spirito. Chiudere bene il vaso. Conservare al buio. Resistere almeno due mesi prima di gustarle.

Come raggiungere Val di Magra

COLLEGAMENTI AUTOSTRADALI **Da nord:** autosole A1 fino a Parma - l'autostrada della Cisa A15 Parma-La Spezia. Il primo casello che si incontra è Pontremoli e poi Aulla, fino ad arrivare a Santo Stefano Magra e Sarzana. E' anche possibile prendere la A7 Milano-Genova e collegarsi quindi con la A12 Genova-Livorno.

Da sud: Autosole A1, fino a Firenze, e poi con la Firenze-Mare A11 e la Livorno-Genova A12 collegandosi con l'A15. COLLEGAMENTI FERROVIARI **Da nord:** arrivare a Pontremoli e Aulla con il treno Milano-Livorno, oppure cambiare a Parma e prendere la Linea Ferroviaria La Spezia-Parma.

COLLEGAMENTI AEREI L' aeroporto più vicino è l'Aeroporto Internazionale "Galileo Galilei" di Pisa. Anche gli aeroporti di Firenze e Genova possono essere usati per arrivare a Sarzana.