

Locktoner från Ligurien

Det liguriska köket doftar nyfångad fisk,
färska örter och aromatisk pesto, baserad på
traktens småbladiga basilika.

text **Peter Loewe** foto **Anette Nantell**

Redan i Genuas gamla saluhallar i centrum förundras vi över det enorma utbudet. Ligurien har Italiens mildaste klimat. Det betyder inte de högsta dagstemperaturerna under sommaren, men däremot de högsta minimivärdena vintertid. Den långa Rivieran upp till franska gränsen är ett enda stort drivhus för blommor och grönsaker. Här finner vi den unika lila sparrisen som numera bara odlas i Albenga. Lika späd som den gröna, men med en lätt bitter eftersmak, precis som den röda salladen. Rosangela Relä visar sitt marknadsstånd där hon också säljer ett otal färska örter, som salvia, mejram, oregano och dragon. Närheten till Provence är påtaglig och färska örter är ett av de viktigaste inslagen i det liguriska köket.

Vi kan inte motstå några knippen basilika. Kom ihåg att på italienska är kryddan maskulinum, "basilico", i annat fall vill man köpa en kyrka. Här är basilikan ljusgrön och småbladig. Ju mindre bladen är, desto finare anses den vara, fast det är ingen absolut sanning. Den bästa basilikan kommer enligt hävd från den lilla byn Pra.

VI KÖR AV motorvägen i Genua Voltri. Utmed kusten ligger Pra, som fascismens stadsarkitekter på 1930-talet såg till att införliva i Storgenua, som i dag sträcker sig hela trettio kilometer utmed kusten ända ner till Nervi. Bakom de stora hyreshusen i Pra skymtar terrasserade odlingar täckta med vita drivhus.

Alberto Sacco bjuder oss att kliva in i drivhuset. Han är femte generationen som odlar grönsaker här. I dag är det lilla familjeföretaget helt koncentrerat på basilika.

– Basilikan är en tropisk växt som ursprungligen kommer från Indien. Den behöver värme och hög fuktighet. Under sommaren är plantorna klara att skördas

redan efter tjugotvå dagar. På vintern behövs det över fyrtio dagar, förklarar han.

Alberto Sacco ger oss familjens pesto-recept. Med den aromatiska lokala basilikan tillsammans med den liguriska olivoljan kan vi inte misslyckas, försäkras han. Vi tillsätter riven ost, lite vitlök och pinjefrön som faktiskt kommer från San Rossore nära Pisa i Toscana: mjälla, nyskördade och med en påtaglig eftersmak av kåda. På kvällen hos goda vänner i Genua stiger det en doft av pesto i hela köket när vi äter vår pasta. Som traditionen bjuder har pastan fått koka med haricots verts och en potatis. Den avgivna stärkelsen gör att pastan i sig blir en smula krämig redan innan peston tillsätts.

DAGEN DÄR PÅ fortsätter vi söderut till Le Cinque Terre. Fem små byar utmed kusten i anslutning till den stora hamnstaden La Spezia. Varje by har sin egen karaktär. I Vernazza fiskar man fortfarande, och orten är berömd för sin pinfärsk ansjovis, "acciughe". I Riomaggiore, den sydligaste av **byar-**

na, ligger Massimo Del Canales lilla trattoria La Lanterna som värdar de lokala traditionerna ömt. DN har genom åren varit där flera gånger. Alltid lika bra, trots att det alltid är fullsatt. Kyparen, den leende Mauro Pecunia med ett förflutet som sjöman och bartender, är alltid lika slagfärdig och skämtar med alla. Amerikaner vid bordet intill vill prata fotboll och bilar. "No Ferrari – 42 1/2", svarar Mauro och pekar på sina fötter och alla skrattar.

Massimo Del Canale står själv i köket och har gjort så sedan starten för tjuogoett år sedan. Hans matintresse började med intresset för råvarorna, det vill säga fisken.

– Redan som ung fiskade jag med dykarutrustning och harpun. Mina föräldrar var ovetande och skulle inte ha gillat detta. Jag sade att jag skulle ut och gå på disko. Utrustningen hade jag i flera år på effektförvaringen på järnvägsstationen.

I dag har han inte tid att fiska längre, men han kan allt om alla lokala fiskar och hur de bäst ska lagas till. Massimo räknar

upp ett otal fiskar med ovanliga namn, där jag bara i undantagsfall hittar en korrekt svensk översättning som havsbrax, rödpagell, flygfisk, havsruda, multe, rocka och rödbarb. I sitt kök experimenterar han och försöker värdesätta lokala produkter som fallit i glömska.

– Som den här lilla fisken "salpa", säger Massimo och visar på en liten ful mörk fisk med gula ränder.

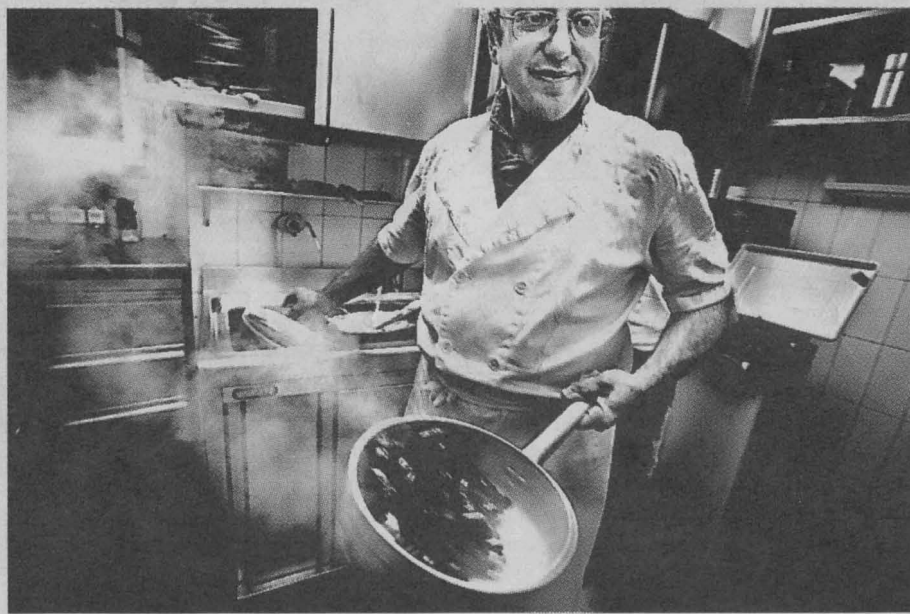
Den äter huvudsakligen alger och kallas också lokalt för "havsfar". Den är inte särskilt omtyckt som fisk, men Massimo gör en pastasås på fisken, där algsmaken kommer till sin rätt.

Massimo Del Canale berättar att han har samlat många av sina recept i en kokbok, som han vill ge ut.

– Det är nödvändigt för att skapa en smula ordning. Le Cinque Terre har numera mycket turister. Många restauranger serverar precis vad som helst och kallar det för lokala specialiteter.

VI ÄTER HUSETS fisksoppa som kommer in vacker som ett konstverk med olika sorters fisk, bläckfisk, skaldjur och musslor. Det är en personlig tolkning och variant av den kända "cacciuccon" som man äter i det närliggande Toscana, framför allt i Livorno. Vi prövar också på husets pinfärsk blåmusslor, där det är svårt att avgöra om de är godast "alla marinara" med vitlök, persilja, vitt vin och mycket citron eller i det gamla receptet "muscoli ripieni", där musslorna fylls med inkräm av bröd, parmesan och hackad mortadella.

Det är över huvud taget svårt att bestämma sig för en favoriträtt på La Lanterna. Fast en given kandidat är ansjovisen som ugnsgratineras på en bädd av potatis och täcks med tomat och rosmarin. Liguriens svar på en strömmingslåda och precis som denna en gång fattigmansmat. Förvånade blir vi när vi tittar in i köket och ▶



Massimo Del Canale är lokalpatriot när det gäller mat

finner att Massimo i stället för färska örter använder specialimporterade frystorkade kryddor. Han ler lite förläget, men tillägger att de faktiskt har ännu starkare arom.

– Detta är isolerade trakter. Jag har svårt att åka i väg och handla ofta. Dessutom måste jag ta hand om fisken som levereras varje dag, säger han och pekar på den minimala lilla hamnen som ligger precis nedanför hans trattoria.

Pasta pi d'à punta

4 PORTIONER

Pi d'à punta är den yttersta svarta klippan längst ner i hamnen i Riomaggiore. Ett stycke dramatiskt land som tar slut i havet och som Massimo Del Canale har valt som namn för denna sås med vilken han huvudsakligen smaksätter fisk. Den lämpar sig utmärkt också till pasta.

400 G PASTA – PENNE ELLER SPAGETTI

1/2 DL OLIVOLJA

250 G AVRUNNA SKALADE TOMATER,

HELST RENT TOMATKÖTT, "POLPA" (EJ PURÉ)

80 G PESTO

SALT

15 MINUTER

• Koka upp i rikligt med saltat vatten. Värm olivoljan i en panna på spisen. Tillsätt tomaterna och låt dessa koka till dess att överflödigt vätska har reducerats. Koka under tiden pastan al dente. Blanda ner peston i tomatsåsen. Smaka av med salt, en knapp tesked. Servera den nykokta pastan med såsen och parmesanost.

Cozze alla marinara – Blåmusslor på havets vis

4 PORTIONER

En klassiker som man äter i nästan hela Italien. Skillnaden i det här receptet är den stora mängd citron som används samt oregano.

1 KG BLÅMUSSLOR

1 STOR CITRON

20 G HACKAD PERSILJA

1 SKALAD VITLÖKSKLYFTA

1 DL TORRT VITT VIN

4 MSK OLIVOLJA

NYMALD VITPEPPAR

1 TSK OREGANO

1/2 TSK SALT

45 MINUTER

• Skrapa och rensa blåmusslorna med en kniv eller en hård borste. Ta noga bort den vävnadssträng vid vilken de har vuxit och som i regel sticker ut ur det slutna musselskalet och som med lätthet kan dras loss. Har musslorna legat kallt skall de vara helt slutna, ta inte med helt öppna musslor.

Hacka vitlöken fint och blanda denna med persiljan. Tvätta citronen som först skärs i tjocka skivor och sedan i mindre kuber.

Lägg musslorna i en stor panna med lock under stark värme. Rör efter några minuter och fortsätt till dess att samtliga musslor har öppnat sig. Häll olivoljan över musslorna och fortsätt tillagningen, nu utan lock.

Tillsätt i följande ordning: vitlök och persilja, salt, nymald vitpeppar, oregano och den i kuber skurna citronen. Tillsätt vinet och låt merparten av vätskan ånga av, utan att röra om musslorna, som i annat fall lätt lossnar ur sina skal.

Servera i djupa tallrikar med färskt mjukt bröd till att suga upp den goda såsen med.

Cacciucco – Fisksoppa

6 PORTIONER

Recepten på cacciucco är oändliga. Det här är anpassat till svenska förhållanden och måste ändå betraktas som lite orealistiskt. Någon ingrediens kan bli svår att få tag på, i något fall kan man vara tvungen att använda djupfryst, som till exempel bläckfisk. Någon ortodox cacciucco blir det inte, men väl en formidabel fisksoppa.

Fast havsfisk lämpar sig bäst, som hälleflundra, torsk, marulk, gös, pigghaj eller havskatt. Åtminstone 2–3 olika sorters fisk bör man ta med och inte bara filéer. Fet fisk som strömming, makrill eller laxlämpar sig definitivt inte.

1–1,5 KG FÄRSK FISK

500 G FÄRSK BLÄCKFISK, GÄRNA

STORA OCH SMÅ BLANDADE

30 STORA BLÅMUSSLOR

12 HAVSKRÄFTOR

12 JUMBORÅKOR ELLER TIGERRÅKOR

500 G SOLMOGNA TOMATER ELLER

1–2 BURKAR SKALADE TOMATER

EV 1–2 MSK KONCENTRERAD TOMATPURÉ

3 VITLÖKSKLYFTOR

1 GLAS VITT VIN

EN BIT RÖDPEPPAR "PEPERONCINO"

OLIVOLJA

1–2 TSK SALT

3 MSK HACKAD PERSILJA

EV 1/2 LITER FISKBULJONG

VITT LANTBRÖD

35 MINUTER + 1 TIMME

• Börja med att rensa fisken. Skär den i lämplig storlek, har man fått tag på småfisk kan denna dock läggas i hel, efter att ha rensats. Rensa bläckfisken och skär den eventuellt i mindre bitar. Är denna färsk bör den först bankas, använd en vanlig kavel – eller slå mot ett hårt underlag. Musslor skrapas och sköljs omsorgsfullt.



4 OKTOBER 2003