

All'Antica Osteria del Carugio di Portovenere per un tuffo nel cuore della tradizione ligure

Tra le numerose attrazioni di Portovenere, c'è una tappa obbligatoria per i visitatori: l'Antica Osteria del Carugio. Un piccolo ristorante con una grande storia, che affonda le sue radici nel lontano Medioevo. Il locale è stato rilevato nel 2018 da Antonella Cheli e suo figlio Alessandro Greco, che continuano la tradizione di ristoratori di famiglia dal lontano 1960.

"Portovenere è così, un meraviglioso equilibrio tra uomo e natura.

Ti svegli la mattina presto con l'aria fresca, ricolma di ossigeno, che dalle colline scende verso l'abitato, lambendo i tetti delle case-torri. La flora sui bricchi che circondano il paese è quella tipica della macchia mediterranea: il leccio, il cerro, il pino marittimo e il pino d'Aleppo, il corbezzolo, il lentisco, l'olivo, l'alloro, il ligustro, il capperone che serpeggia in ogni pertugio delle mura. Tutte piante che, in un modo o nell'altro, hanno contribuito alla tradizione e alla cultura locale.

Volgi lo sguardo verso il mare, i muscolai si muovono lentamente, con gesti sicuri, controllando meticolosamente lo stato dei mitili nei vivai. I piccoli pescatori sono già rientrati: sistemano gli attrezzi e selezionano il pescato portando in banchina storie di mare vicino e lontano.

Un uccello marino passa all'orizzonte sopra l'isola Palmaria, salutando l'arrivo del sole.

Fai due passi nel centro storico, tra odori di forni e di botteghe che si mettono in moto. Pronti per una nuova giornata tra la terra e il mare, tra i boschi e il cielo.

A Portovenere trovi ogni giorno una popolazione un po' diversa e un po' uguale. Ci sono i locali, gli stagionali, gli sportivi, gli amanti delle escursioni, le buone forchette, i turisti giornalieri e quelli mordi e fuggi. Ognuno incantato a suo modo. Mai domo.

Perché chiunque se ne va da qui, parte sempre con la promessa di tornare, un giorno."

A.C.

Benvenuti al Carugio!

Nel cuore del Levante ligure, a Portovenere, si trova un luogo dove il sapore del mare si fonde con quello della terra. Immersa nel caratteristico perimetro urbano del borgo di Portovenere, l'Antica Osteria del Carugio risiede in un edificio di notevole importanza storica, costruito nel lontano Medioevo. Un luogo intimo e conviviale allo stesso tempo, dove riecheggiano racconti custoditi nei secoli. Un luogo trascorrere una piacevole serata in coppia, in famiglia o tra amici, assaggiando piatti che non troverete altrove.

Un'esperienza gastronomica contemporanea che trascende i confini del cibo. Entrare in questo ristorante significa infatti fare un salto nel tempo, tornare a un'epoca in cui la cucina era un'arte nata dalla passione per il territorio, i suoi prodotti e la sua gente.

Il Carugio nel Medioevo

Se si entra nel centro storico dall'ingresso principale, il portone in stile romanico aperto sulle mura del 1160, dopo pochi passi si incontrerà il Carugio sulla destra. Ma attenzione, se non lo trovate non chiedete genericamente "dove si trova il carugio?". Vi indicheranno uno dei

tanti viottoli che mettono in comunicazione le varie parti del borgo. Chiedete piuttosto dell'Osteria del Carugio.

Questo luogo, un tempo punto di ritrovo per contadini, pescatori, turisti e pellegrini, è oggi un piccolo tempio della cucina ligure, che celebra la tradizione locale con un occhio attento alle esigenze moderne.

Siamo nel Basso Medioevo e Portovenere assume un'importanza strategica imprescindibile per la Repubblica di Genova. Si tratta infatti di un porto naturale, l'unico punto di ridosso del mar Ligure tra l'Isola d'Elba e le Isole di Hyères, in Francia. Qui nascono valenti marinai (alcuni dei quali diverranno corsari al servizio dei genovesi) e fioriscono cantieri navali. Ci troviamo in un periodo in cui gli spostamenti, soprattutto nel Golfo di La Spezia, ma anche tra Liguria e Toscana, sono di gran lunga più veloci via mare. Ecco che quel piccolo borgo fondato dai romani consacrato alla dea della Bellezza (Portus Veneris), diviene il crocevia ideale per scambi commerciali e culturali.

È in questo contesto che nasce il Carugio: un punto d'incontro tra viandanti e mercanti a due passi dal mare, ma riparato dietro la prima striscia di case. Un locale che molto probabilmente dava vitto e alloggio nei piani superiori, ma che fungeva anche da 'marketplace', da mercato. Il proprietario consentiva a naviganti e commercianti in calesse di fermarsi e vendere le loro materie prime.

Insomma, il Carugio era un luogo di commercio e di socializzazione per i contadini e i pescatori della zona, ma anche per gli avventori e i pellegrini che visitavano Portovenere. Il punto d'incontro per coloro che provenivano dalle Cinque Terre e dalla Liguria di Ponente e l'entroterra della Lunigiana e del parmense.

L'attenzione alla materia prima

Immersa nel cuore del borgo divenuto Patrimonio dell'Umanità UNESCO nel 1997, l'osteria propone una cucina fortemente legata al territorio e alla tradizione locale. I piatti sono preparati con materia prima di prossimità. L'olio extravergine di oliva, elemento basilare della cucina ligure, è fatto in casa, e conferisce un profumo ed una fragranza unica alla focaccia. Quando possibile, le verdure a foglia verde, le erbe aromatiche, le zucchine e i pomodori sono quelli provenienti dall'orto, situato subito a ridosso del paese - nel suggestivo contesto degli orti delimitati e tenuti su dai muretti a secco. Qui, Antonella, si reca personalmente ogni mattina.

Il resto degli ingredienti arrivano dai piccoli produttori della zona: l'orticoltura e il pescato del Golfo dei Poeti, le carni degli allevatori della Val di Vara, il vino dalle Cinque Terre e dalla Lunigiana.

Alessandro e la cucina del Carugio oggi

Complice la voglia di mettersi in gioco, con capacità imprenditoriale e spirito di attaccamento verso il territorio, Antonella Cheli nel 2018 rileva l'Osteria del Carugio. Ed è lei a guidare la brigata di cucina, occupandosi della stesura della carta, della ricerca della materia prima e delle procedure che stanno dietro alla creazione dei piatti. In sala c'è Alessandro, suo figlio,

cresciuto tra i tavoli dell'altro ristorante di famiglia, Il Timone. Un locale storico, fondato nel lontano 1960 dai bisnonni Marino Cheli e Antonietta Maccione, la Toni.

Alessandro, dopo aver perfezionato la tecnica presso la scuola ALMA, raccoglie le idee per costruire un ambiente in cui non manchino gli elementi basilari dell'osteria: locali accoglienti con uno stile d'arredo vintage; una cucina contemporanea che reinterpreta la tradizione in chiave moderna, senza snaturarne l'anima; una carta dei vini che offre il meglio di quello che si può trovare nel raggio di 100 km di distanza.

L'atmosfera è quella di una vera e propria casa ligure, con il calore dell'accoglienza familiare e la professionalità di una brigata con lunga esperienza. I profumi e le sensazioni sono quelle di una volta, ogni piatto viene cucinato nel rispetto dei tempi delle preparazioni di un ricettario antico.

La cucina dell'Antica Osteria del Carugio oggi offre un menù che fonde i sapori del mare e della terra, riflettendo la struttura geografica della Liguria, dove in pochi chilometri si passa dal mare alla montagna. La cucina tipica ligure rispecchia con eleganza questa diversità: è legata agli orti, alla scarsità della materia prima d'inverno, alle carni bianche, ai polli e ai conigli, al pescato del giorno.

In un piatto caratteristico come i muscoli ripieni (cozze ripiene) c'è tutto questo e anche di più: ai sapori del mare portati dai mitili, si unisce la preziosità della mortadella (eredità del tempo in cui i liguri portavano il sale in Emilia-Romagna riportando indietro questo saporito insaccato), il pane raffermo, le erbe aromatiche, il pomodoro.

Gli Orti del Timone

Prendono il nome dal Timone, l'altro ristorante pizzeria che Antonella gestisce sul lungomare di Portovenere, ma di fatto sono gli orti presso cui si approvvigiona anche L'Antica Osteria del Carugio. Un piccolo giardino compreso tra i muretti a secco, dove si coltiva senza l'uso di pesticidi e sostanze chimiche pericolose, nel pieno rispetto dell'ambiente e della biodiversità, marchio distintivo del Parco Naturale di Portovenere e Isole dell'Arcipelago.

Gli orti sono fonte inesauribile di prodotti freschi e di qualità. Offrono ingredienti genuini per i nostri contorni, ma anche per piatti tradizionali vegetariani e vegani come le verdure ripiene alla ligure o il pesto di basilico e pinoli, l'oro della Liguria. Oppure la mesciua, antica zuppa di ceci, fagioli e farro che affonda le sue origini nel Medioevo, quando l'osteria era luogo d'incontro e scambio per abitanti, viaggiatori e commercianti.

Un altro elemento chiave della cucina dell'Antica Osteria del Carugio è l'olio. Il ristorante possiede un oliveto che produce olio extravergine di oliva di alta qualità, raccolto e spremuto a freddo in giornata, per mantenere un profilo organolettico eccellente. L'olio è ottenuto da diverse cultivar come la Razzola, il Leccino, la Taggiasca e la Preveza, tipica di Portovenere.

Cosa mangiare al Carugio

Tra i signature dish spiccano piatti come i *gattafin* (ravioli fritti), i testaroli, i primi con pasta fresca, come i *pansoti*, le *barbotte* o le trofie al pesto con patate e fagiolini, la torta morbida al limone, il latte dolce fritto. L'estate gli avventori del Carugio si soffermano a degustare piatti semplici e favolosi come la Bruschetta dell'oste (molto apprezzato il pomodoro fresco dell'orto) e il mitico Tagliolino con i muscoli, un must del Golfo della Spezia."

Stagionalmente il Carugio propone poi nuovi piatti: da poco inseriti in carta sono l'Orata al forno con patate e olive taggiasche, una preparazione che si basa sulla freschezza del pescato (in Liguria il pesce viene portato in tavola entro le 24-48 ore); l'Insalata di zucchine fresche in carpaccio con i muscoli di Portovenere, una delizia per chi vuole unire mare e terra in un abbraccio leggero e sfizioso.

La carta dei vini propone etichette liguri da vitigni autoctoni attentamente selezionati dal giovane sommelier Alessandro che, con passione e competenza, accompagna gli ospiti in un viaggio tra i vigneti terrazzati a picco sul mare (più qualche bottiglia dalle regioni limitrofe).

Antica Osteria del Carugio

Sito: <https://anticaosteriadelcarugio.it>

Email: info@anticaosteriadelcarugio.it

Tel: +39 0187 790617

Ufficio Stampa e Comunicazione

Email: lorenzo.mazza@gruppoco.it