

## La cucina di strada

### *Con una breve etnografia dello street food genovese*

**Alessandra Guigoni**

PhD Universidade de Siena

E-mail: [aguigoni@yahoo.com](mailto:aguigoni@yahoo.com)

Webpage: [www.etnografia.it](http://www.etnografia.it)

**Resumo:** O presente texto descreve características da comida de rua italiana, desde a Idade Romana até aos dias de hoje, com especial ênfase para as tradições culinárias de rua em Génova.

**Palavras-chave:** antropologia da alimentação, comida de rua, cozinha Genovesa

**Abstract:** This paper describes some characteristics of the Italian street food, from Roman Age to nowadays, focusing on Genoa's street food tradition.

**Key words:** anthropology of food, street food, Genoese cuisine.

Cucina da strada, cucina di strada, street food: modi diversi di chiamare la pratica culinaria basata sulla preparazione, esposizione, consumo e vendita di prodotti alimentari in strade, mercati e simili, attuata da venditori ambulanti.

Nella categoria dello *street food* rientrano anche esercizi commerciali all'aperto o parzialmente al chiuso, dove il consumo dei prodotti avviene in piedi, o su sgabelli o sedie fronteggiate da mensole e banconi, le cui pratiche di consumo sono caratterizzate comunque dalla rapidità del consumo o dalla definizione di fuori-pasto o di pasto veloce.

Lo street food è una pratica quotidiana per milioni di persone in Africa, Asia, America Latina. Nelle città sono accentrati due terzi degli abitanti del nostro pianeta: si calcola che almeno la metà possa consumare quotidianamente cibo da venditori ambulanti o comunque accedere alla consumazione veloce in locali adiacenti la strada: si tratterebbe allora di oltre un miliardo di *aficionados* allo street food!

“Il Sud del pianeta sembra avere, invece, due strade davanti a sé: l'agricoltura urbana e lo street food, il cibo venduto e preparato per strada... La ristorazione di strada, di giorno e di notte, interagisce ormai con lo stile di vita cittadino. Per tanti studenti universitari di Bogor (Indonesia) il cibo venduto in strada rappresenta per esempio l'80% dell'alimentazione quotidiana. Una ricerca svolta a Bangkok (Tailandia) ha dimostrato che il 90% della popolazione consuma fuori casa la maggior parte dei pasti e si tratta principalmente di cibi venduti per strada” (Benelli-Bassoli 1998: 1020).

Ma sarebbe un errore considerarla una pratica esclusiva del “Sud del Mondo”. Nelle metropoli degli Stati Uniti il cosiddetto *take away* può essere considerato una forma di street food. A New York come altrove nelle metropoli statunitensi i venditori ambulanti di *hot dogs* fanno ottimi affari; a loro nell’ultimo decennio si sono aggiunti i venditori di *tacos*, di *kebab* e di altre ghiottonerie. Accade così che lo street food di NYC delinea meglio di qualsiasi ipotetica mappa la composizione etnica dei suoi quartieri, anzi dei suoi isolati, e al tempo stesso sia specchio fedele del *melting pot* metropolitano.

Nella vecchia Europa, in Portogallo, Regno Unito, Francia, Spagna sono numerosi gli esempi della produzione e consumo di cibo da strada, che non paiono aver risentito troppo della paventata omologazione dei consumi, ma anzi in un certo senso sono stati aiutati dall’incremento della pratica del *fast food*, nei confronti del quale si pongono come un’alternativa etichettata come tradizionale, genuina, locale, antica, che cattura segmenti di consumatori sempre più vasti; e ciò avviene in barba alle previsioni di qualche decennio fa sulla loro integrale scomparsa. Ma se era facile prevedere che lo street food, grazie all’ampiezza dell’orario e dell’offerta e alla rapidità del servizio avrebbe conquistato ampie fette della popolazione urbana, non era facile immaginare che accanto a rispettosissime paninoteche, bar, a McDonald’s e affini, venditori ambulanti e locali “tradizionali” avrebbero proseguito la loro attività.

A noi interessa parlare del caso italiano ed in particolare di quello genovese, partendo dalle origini dello street food, che sono antiche e vantano una corposa tradizione, fino ad arrivare ai giorni nostri, analizzandone gli sviluppi attuali.

Questa pratica - è bene dirlo - si riscontra principalmente negli spazi urbani dei quartieri storici e/o popolari delle città italiane. È nelle città che si sviluppa, assai prima che nelle campagne, l’abitudine di consumare alimenti prodotti da altre persone; non solo; forse nelle città si sviluppa più che altrove - a causa della natura stessa delle attività produttive connesse - l’idea del consumo veloce dei pasti, e quindi della loro fruizione: in piedi, per strada, o in luoghi comunque ai bordi della strada, dove sostare poco tempo, per poi riprendere a fare ciò che la fame aveva costretto ad interrompere.

Ogni città italiana ha le sue tipologie di fast food, per così dire, e non *da ieri* dunque. Lo street food ha radici antiche; almeno sin dal tempo dei Romani gran parte della popolazione consumava i pasti in piedi, velocemente, stando in locali semi-aperti adiacenti alla strada, di cui rimangono ad esempio importanti vestigia a Pompei.

“A Pompei le taverne sono molto numerose; ci s’incontrano dei viaggiatori di passaggio, ci si fanno riscaldare le vivande (non sempre i poveri dispongono di fornelli a casa loro) e ci si corteggiano le cameriere ornate di gioielli splendidi; le sfide amorose sono oggetto di scritte murali” (Veyne 2000: 183). Queste pratiche popolari erano considerate di cattivo gusto e “la reputazione di un notevole scadeva se lo si vedeva far colazione all’osteria: vivere per la strada non era serio” (Veyne: ibidem).

Oltre alle locande (*cauponae*), e alle osterie (*popinae* e *thermopolia*) in cui i passanti

venivano al banco per comprare o consumare bevande fresche o vino caldo, numerosi venditori ambulanti offrivano pane, frittelle salsicce... Le classi popolari urbane conoscono il piacere di sedersi a tavola solo nel pasto serale, mentre dall'alba al tramonto sono affaccendate nelle loro faccende quotidiane.

Lo scrittore latino Marziale in un epigramma descrive il caos delle strade dell'Urbe prima dell'editto di Domiziano, che aveva regolato l'esposizione e lo stazionamento di merci per strade e marciapiedi: "Non più fiaschi appesi ai pilastri... barbiere, bettoliere, friggitore, norcino; nel proprio guscio se ne sta ciascuno. Ora c'è Roma: prima era un casino" (Carcopino 1993: 59).

Sia in Età medievale sia in Età moderna le classi popolari urbane vivevano gran parte della giornata per strada, dove consumavano i loro pasti comprando prodotti in botteghe, bettole, da venditori ambulanti.

La storica Raffaella Sarti cita un documento seicentesco relativo alla corte di Mantova dove si mette in rilievo lo scarsissimo rispetto delle classi popolari per l'etichetta: il popolo ingerisce qualsiasi cosa, mangiando quando e dove capita, senza "regula alcuna" (cfr. Sarti 2003: 211). Con lo sviluppo dell'industrializzazione il ceto popolare urbano s'ingrossò, e anche molte donne trovarono impiego nell'industria nascente; queste donne ricorrevano al baliatico per i propri figli, e a venditori ambulanti, commercianti, osterie per il cibo, non avendo tempo né di allattare né di cucinare.

Paradossalmente proprio "quando l'idea che le donne fossero delle nutrici ebbe conquistato l'élite, il fatto che le operaie si occupassero poco di alimentare i propri figli e le proprie famiglie venne considerato una delle tante aberrazioni portate dal lavoro in fabbrica, laddove per secoli era parso assolutamente normale che le nobildonne lasciassero a cuochi di sesso maschile il compito di preparare il pranzo e nonostante tutto accettabile, pur tra mille critiche, che non allattassero i propri figli" (Sarti 2003: 210 - 211).

In tale senso sono ormai diventate un classico le immagini ottocentesche degli scugnizzi napoletani che mangiano maccheroni per strada; ma in strada si trovava di tutto: pizze, pasta, frittelle dolci e salate...frutta e verdura persino.

I maccheronai a Napoli cuociono per strada i maccheroni sconditi o conditi con pepe e formaggio (ed in seguito con la salsa di pomodoro), vengono venduti ai passanti che li consumano con le mani, come mostrano bene diversi dagherrotipi.



**Figura 1**

Cartolina di Napoli, primo Novecento (da Maurizio Sentieri, *Cibo e ambrosia*, Bari, Dedalo, 1997).  
Archivio Storico della Pubblicità, Genova.

La stessa pizza nasce come cibo da strada, per poi accasarsi in locali che nel tempo hanno perso il loro carattere di improvvisazione, sino a raggiungere uno status simile a quello di trattorie e bar. Questo processo dura quasi due secoli: le pizze fino al Seicento sono vendute da ambulanti con la tipica "stufa" in testa (un contenitore di rame e ottone per tenerle in caldo), poi agli inizi del Settecento aprono le pizzerie-laboratorio dove le pizze si comprano e si consumano altrove, infine le prime pizzerie, con tavolini di marmo per la consumazione in loco, ma siamo già a metà secolo (cfr. La Cecla 1998: 47).

A Sassari l'architetto e disegnatore Giuseppe Cominotti nella prima metà dell'Ottocento dipinge in una serie di acquarelli la *vie quotidienne* della città, in cui i passanti si fermano volentieri da venditori ambulanti di insalate, lumache, pane, fichidindia, e consumano il loro pasto su due piedi, e in piedi. In particolare un acquerello ritrae un passante intento a mangiare con gusto un ficodindia; ai suoi piedi una donna con una cesta piena di fichidindia sbucciati intenta a servirlo. I fichidindia, giunti dal Messico dopo la scoperta dell'America, vengono incorporati presto nel paesaggio mediterraneo e nella dieta popolare; il frutto, consumato in campagna come in città, specie in Sicilia e Sardegna, è cibo di strada sin dal Settecento.



**Figura 2**

Acquarello sulla vendita di fichidindia a Sassari (1825-26)

Particolare rielaborato.

Raccolta Cominotti - Biblioteca Universitaria di Cagliari.

L'immagine opulenta della società ottocentesca seduta a tavola per lauti banchetti interminabili va contestualizzata nell'ambito delle pratiche borghesi e nobiliari, in una parola delle élites, piuttosto che dei ceti popolari, che costituivano comunque la stragrande maggioranza della popolazione urbana. Il banchetto per le classi popolari fa parte del momento festivo, non della quotidianità, dove il tempo di cucinare e mangiare per chi viveva nelle città (e nelle campagne) era limitato e anche le vettovaglie sovente scarseggiavano.

Tornando ai nostri tempi, specie nell'Italia meridionale, ma non solo, i mercati dei piccoli e grandi centri urbani sono un trionfo di cibi, sapori, odori, colori. Nella strada si realizza, come ha ben sintetizzato l'antropologo Vito Teti "una cucina che vede come protagonisti principali, spesso esclusivi, gli uomini e una "liberazione" di comportamenti non possibili e non praticabili nelle case. È una mescolanza-confusione-integrazione delle persone con animali, prodotti, piante" (Teti 1998: 80).

Il cibo in strada, forse più che altrove, è decorativo, estetico, teatrale, esibito, e vede gli attori sociali impegnati nella messa in scena di un consumo alimentare apparentemente senza regole, che in realtà è antitesi del consumo domestico, ordinato nei tempi, nei modi, nei luoghi (gli orari della colazione, del pranzo della cena, le posate, la tavola) e perciò a suo modo strutturato, in quanto si pone in contrapposizione della cucina e civiltà delle buone maniere, per dirla con Norbert Elias (1982).

Tale processo di civilizzazione delle maniere e a tavola viene compiuto a partire dall'Età

moderna in seno alle Corti europee, e poi fatto proprio dalla borghesia e da quanti ad essa aspirano. Il corpus di queste regole comprende il divieto di tagliare il pane con il coltello a tavola, e l'obbligo di spezzarlo con le mani, il divieto di mangiare con le mani, di mangiare in piedi, il rispetto degli orari per desinare, le regole di assunzione di caffè, the ed altre bevande.

La cucina di strada in una parola viola apertamente molte di queste regole "di casa"; la strada, *fuori*, è luogo antitetico alla casa, *dentro*.

Il consumo, nella cucina di strada, è al tempo stesso un fatto privato (spesso ci si ciba da soli, contrariamente a quando si va al ristorante o al bar, accompagnati da amici o parenti o colleghi), e al tempo stesso pubblico, perché avviene per strada o in locali aperti agli sguardi di tutti, quindi legato alla collettività. Si è *da soli* e *insieme agli altri* nello stesso tempo, e ciò crea un'atmosfera per nulla imbarazzata ma anzi complice tra avventori, per cui sovente ci si scambia due parole, una battuta, perché la situazione, ossia il mangiare gomito a gomito, anche se tra sconosciuti, induce sovente un senso di complicità e di confidenza non comune...

La cucina di strada è in somma un'arte della comunicazione, attraverso il cibo, ed *il messaggio* - si potrebbe dire - è *nel piatto*; i diversi gusti producono distinzione, differenziazione, demarcazione; gli alimenti creano e riproducono a livello simbolico differenze di classe, genere, appartenenze etniche, religiose, socio- culturali (cfr. Guigoni 2003).

Nello scontro tra la cosiddetta cucina del territorio (o del cosiddetto mangiar lento) ed il fast food della globalizzazione culinaria, secondo Piero Ricci e Simona Ceccarelli conviene optare per una terza via, interrogandosi su di una pratica radicata nella nostra cultura, lo street food, che associa ad una cucina "tradizionale" la velocità del consumo dei suoi piatti. Ricci e Ceccarelli citano "i posticini abruzzesi, i frutti di mare crudi pugliesi, le ostriche di Ancona, le spuntature marchigiane, le piadine romagnole, le mele cotte e i castagnacci emiliani, i roventini senesi, i lampredotti fiorentini, le porchette romane, i polpi di Napoli e Palermo, i bolliti di maiale triestini. Lo *street food* offre la propria sintassi, la leggerezza del gesto, il tempo breve del frammento, la battuta veloce e scherzosa al prossimo futuro culinario, così da dimenticare l'attuale rete discorsiva tanto ossessiva quanto indigesta" (Ricci-Ceccarelli 2000: 16).

A Firenze ancor oggi i panini imbottiti di lampredotto vengono venduti per strada; a Palermo il pane *ca meusa* (ossia con la milza) è un alimento caratteristico venduto nei quartieri popolari ed i mercati e mercatini della città. A Cagliari mangiare ricci di mare è un vero e proprio rito, soprattutto maschile, e un po' ovunque fioriscono chioschi all'aperto dove gustare in piedi questo frutto di mare. Gli esempi potrebbero continuare toccando un po' tutte le regioni della penisola.

In modo particolare la cucina di strada in Sicilia è stata ampiamente indagata da Fatima Giallombardo; le sue osservazioni sono in qualche misura applicabili all'ambito della cucina da strada genovese che ci siamo proposti di analizzare. Giallombardo ad esempio sottolinea alcune caratteristiche fondamentali di tale cucina tra cui il fatto che le regole e la ritualità sociale sono decodificabili secondo un asse di lettura fondato sul maschile: "Opposta alla cucina domestica declinabile al femminile, il cui segno è la tavola, luogo privilegiato



dell'ordine e dell'alternanza, la cucina di strada delimita i contorni di un universo alimentare che si propone piuttosto come una sorta di grande buffet, dove si può estrinsecare la libera, sregolata e quindi anomica scelta del boccone più gradito” (Giallombardo 2003: 127).

La realtà urbana genovese si è sempre caratterizzata per la presenza di spazi (e locali) adibiti alla ristorazione veloce, fuori-pasto, posti su strade e piazze di convergenza degli attori sociali, tipicamente di fronte al Porto, nel centro storico, il cuore popolare della città, oltre che specchio della civiltà genovese di ieri e di oggi.

Occorre a questo punto fare un passo indietro e cercare di leggere la cucina genovese, alla luce delle scarse fonti storiche, che diventano corpose solo a partire dalla seconda metà dell'Ottocento (come del resto accade per molte altre cucine regionali). Prima d'allora alcuni ricettari fanno rapidi cenni alla cucina della città; tra questi il *Commentario delle più notabili e mostruose cose d'Italia e d'altri luoghi ...* (1548) di Ortensio Landi, in cui si accenna a “torte dette gattafure, perché volentieri le gatte le furano e vaghe ne sono” (Faccioli 1987: 280). Sembrerebbe un richiamo alle tradizionali torte liguri, dalla *torta pasqualina* alla *torta di bietole*, alla *torta di cipolle*, tipiche delle friggitorie genovesi e facenti parte del patrimonio dello street food locale. Lo storico Giovanni Rebora conferma di aver trovato tracce della *focaccia* in documenti del Trecento (anche se chiaramente non si può essere certi che la focaccia d'allora fosse la stessa consumata in piena Età moderna) e della *farinata* almeno a partire dal Settecento.<sup>1</sup>

Ad ogni modo il primo organico monumento alla genovesità, ossia *La cuciniera genovese*,<sup>2</sup> risale al 1863, ad opera dei Ratto padre e figlio. Vi troviamo già tutti i piatti dello street food; piatti cotti in forno a legna, come la farinata di ceci e di castagne, diverse varietà di torte, come la nota torta pasqualina, svariati polpettoni, e naturalmente vari tipi di focaccia (*fugassa*), e pietanze fritte come la paniccia (*panizza*), le frittelle (*frisciéu*) di bianchetti, di baccalà, di patate (*cuculli de patata*), solo per fare qualche esempio.

Se un tempo le friggitorie, o *sciamadde* (ossia “fiammate”, a causa dell'immane forno a legna in cui cuocere focacce, torte e farinate) erano frequentate soprattutto dai lavoratori del porto, oggi giorno commercianti, studenti, impiegati e quadri praticano l'antica arte dello street food con convinzione e gusto, aderendo ad una tradizione culinaria che è anche fortemente connotata in senso identitario.



**Figura 3**

Interno di una tipica sciamadda genovese. A Sinistra oltre al bancone di vendita si distingue il forno; a destra una mensola ed alcuni sgabelli per gli avventori. In fondo a destra la cucina.

Tradizionalmente focacce, farinate e torte si consumano “fuori” casa, e non sono molti i genovesi che si preparano la focaccia o la farinata nel forno casalingo, un po’ - a detta di chi abbiamo intervistato - per mancanza di tempo, un po’ perché questi piatti, se fatti in casa sono ritenuti qualitativamente inferiori, e infine perché queste pietanze sono “più buone se le mangi fuori” ossia sono intrinsecamente legate alle pratiche di consumo tipiche dello street food, e anche da tali pratiche nasce la loro bontà.

Come nelle altre realtà italiane dello street food vige la regola che non ci sono regole, o almeno in apparenza. Chi pratica lo street food mangia a tutte le ore, perché molti di questi spazi e locali sono aperti dalla mattina alla sera tardi, in piedi, o scomodamente seduto, perché non ci sono sedie e tavoli ma, eventualmente, sgabelli e mensole dove appoggiare fugacemente un bicchiere, o un piatto.

Chi pratica lo street food non segue necessariamente un ordine nell’avvicinarsi delle portate salate e dolci; in aperta violazione delle regole del *mangiare insieme*, è possibile ordinare un caffè con panna e poco dopo un pezzo di focaccia, frittelle di bianchetti e torta di bietole...

Quello dello street food è un mondo soprattutto maschile, ma non solo maschile. Le donne, specie le ragazze, scelgono più frequentemente latterie e focaccerie, mentre gli uomini prediligono friggitorie e luoghi affini, dove viene privilegiata una cucina declinata al salato, accompagnata da abbondante vino, più carnivora che vegetariana.





**Figura 4**

Vetrina di una tipica latteria del centro storico genovese; oltre a caffè e cappuccino, panna, brioches e gelati sono la specialità di questo tipo di locali. In particolare la *Cremeria Buonafede* ha una tradizione centenaria.

Al contrario le donne si concentrano sul consumo di bevande, anche dolci come il cappuccino, accompagnandole con focaccia (o pizza), o di coni di panna, o brioches con panna, spesso mangiati nei bar, più che per strada, perché “mangiare per strada non sta bene”, è un comportamento sconveniente per usare le parole di alcune intervistate. Le giovani e giovanissime sembrano fare assai meno caso a questa norma non scritta, ed è frequente vederle per strada con un pezzo di focaccia in mano, avvolta in carta oleosa, mentre contemporaneamente camminano, chiacchierano, e talvolta fumano.

Le attività nel centro storico sono numerosissime e in continuo divenire. Così se le *tripperie* purtroppo hanno subito una drastica contrazione, e ormai si contano sulle dita di una mano, sono floridi i negozi di panini e i ristoranti “etnici” che offrono pasti veloci e *take away*: tra cui si distinguono i negozi dove si preparano panini con ogni sorta di salume, formaggio, sottaceto e sottolio, contandone oltre centinaia di versioni, sotto i portici di *Sottoripa* e dintorni. Ormai anche alcuni ristoranti cosiddetti “etnici”, specie quelli che vantano una tradizione più che decennale, offrono pasti veloci a base di *kebab*, *hummus*, ed altre specialità mediorientali di

sicura presa e successo sui palati genovesi, da sempre abituati, a causa della particolare vocazione marittima, a provare cibi “altri”, spesso incorporandoli nella loro tradizione culinaria.

In conclusione sembra proprio che l'attuale stile di vita urbano, che tende a ridimensionare l'importanza del pranzo, ormai sovente consumato fuori casa, a vantaggio della cena, ancora tradizionalmente consumata in famiglia, abbia consentito il recupero dello street food nelle città italiane, tra cui appunto Genova, dove il cibo di strada vanta una tradizione centenaria. Nel secondo dopo guerra alcune attività commerciali dedite allo street food come le tripperie sono progressivamente declinate, sino quasi a scomparire del tutto, mentre altre attività commerciali “tradizionali” come le friggitorie si sono “salvate” anche se hanno subito una certa contrazione; d'altro canto latterie e panifici-focaccerie sono cresciuti in numero, anche grazie anche alla diversificazione dei prodotti: non solo panna ma anche gelati, non solo focaccia ma anche pizza, panini imbottiti, seguendo a ruota i mutati gusti della popolazione genovese.

Se fino ad una cinquantina d'anni fa (e forse meno) il cibo di strada era una necessità, oggi si è fatto anche moda, e resistenza più o meno consapevole all'omologazione alimentare; l'identità si costruisce anche mangiando: così chi oggi si compra per strada un cartoccio di frittelle di baccalà o un pezzo di focaccia con le cipolle, ci sembra essere lucidamente cosciente di essere quel che mangia, e di mangiare quel che è.

## BIBLIOGRAFIA

BATTISTA, G. e RATTO, Giovanni. (1863). *La cuciniera genovese ossia la maniera di cucinare alla genovese*. Prefazione di Paolo Lingua. Genova. Fratelli Frilli Editori. 2003.

BENELLI, Eva, BOSSOLI, Romeo. (1988). “Gli stili alimentari oggi”, in *Storia d'Italia: l'alimentazione*. Torino. Einaudi. 1998.

CARCOPINO, Jérôme (1939). *La vita quotidiana a Roma*. Bari-Roma. Laterza. 1993.

ELIAS, Norbert. (1969). *La civiltà delle buone maniere*. Bologna. Il Mulino. 1982.

GIALLOMBARDO, Fatima. (2003). *La tavola l'altare la strada. Scenari del cibo in Sicilia*. Palermo. Sellerio. 2003.

GUIGONI, Alessandra. (2003). “Il messaggio è nel piatto: antropologia dell'alimentazione”, in AA.VV., *Nello stato delle cose. La luce era buona*. Perugia. Gramma. 2003.

LA CECLA, Franco. (1998). *La pasta e la pizza*. Bologna. Il Mulino. 1998.

RICCI, Piero Simona Ceccarelli. (2000). *Frammenti di un discorso culinario*. Milano. Guerini e Associati. 2000.

SARTI, Raffaella. (2003). *Vita di casa. Abitare, mangiare, vestire nell'Europa moderna*. Bari – Roma. Laterza. 2003.

TETI, Vito. (1998). *Il colore del cibo. Geografia, mito e realtà dell'alimentazione mediterranea*. Roma. Meltemi. 1998.

VEYNE, Paul. (1985). *La vita privata nell'Impero romano*. Bari – Roma. Laterza. 2000.

---

<sup>1</sup> Comunicazione personale

<sup>2</sup> Prima dei Ratto il poeta genovese Martin Piaggio (1774 -1843) aveva celebrato alcuni piatti, tra cui la torta pasqualina, in genovese:

*Beneita mille votte, e beneixia  
E benedetta quella magnetinn-a,  
Chi sa fà unn-a Tortetta pasqualinn-a,  
E ve a presenta càda, e brustolia;  
Beneito sae quell'èuggio chi l'ammia,  
E quell'odò ch'a manda da vixinn-a,  
L'erbetta, o cuccon fresco de pollinn-a  
E quella prescinsèua chi scappa via;  
Beneita seggie a meìzoa cò cannello,  
O siàso, e a faenn-a chi se lascia tià,  
E l'èujo chi ven zù comme un piscioello;  
Beneito seggie o forno cò fornà;  
O testo, o tondo, a ciùmma cò cotello,  
E quella bocca chi ne pèu mangià.*

Fonte: [http://comune.genova.it/sociale/scuola/linguaggi/www\\_web/www\\_1/Cucina/psqlett.htm](http://comune.genova.it/sociale/scuola/linguaggi/www_web/www_1/Cucina/psqlett.htm)