

## *Il menù dell'ottagono*

€ 80,00 per due persone  
compreso coperto, servizio, acqua, caffè – vini esclusi

in omaggio il prezioso “Ottagono d’Ardesia”  
arricchito dall’immagine-opera di un giovane promettente allievo  
dell’Accademia d’Arte Ligustica di Genova

adesione gratuita al “Circolo dell’Ottagono”  
community dedicata a coloro  
che amano turismo, gastronomia, arte ed artigianato

o o o o o

## *I Tre Merli Restaurant & Wine Bar*

edificio millo, calata cattaneo 17  
area porto antico di genova - 16128 genova  
tel 010 2464416 - fax 010 2465466

### LO STOCCAFISSO

Stoccafisso e baccalà, ingredienti di gustosissimi piatti della cucina ligure, sono anche parte della storia economica e commerciale che rese la Repubblica di Genova una delle potenze del Mediterraneo. Il merluzzo prende il nome di baccalà se conservato sotto sale, di stoccafisso se essiccato o affumicato.

Questo pesce bianco ha condizionato la storia dell’umanità.

All’inseguimento dei suoi branchi i Vichinghi intorno all’anno 1000 sbarcarono a Terranova e di lì giù in America.

Ai Baschi va il merito dello sviluppo della tecnica della salatura e dell’essiccazione naturale per la conservazione del merluzzo di cui detengono per secoli il monopolio di pesca e commercio.

Nel 1497 l’esploratore Giovanni Caboto, di probabili origini genovesi, al servizio della corona inglese raccontò di una terra ideale per essiccare il pesce, sulla sponda di un mare che brulicava di merluzzi. Infranse così il monopolio dei Baschi e iniziò la grande avventura commerciale che portò lo stoccafisso in tutto il mondo. Genova divenne presto uno dei principali centri di commercializzazione e lo è ancora oggi.

Proprio ai mercanti genovesi possiamo fare risalire l’introduzione in Italia del termine “baccalà” usato anche per indicare il merluzzo non salato. Questo uso pare sia derivato dalla storica frequentazione genovese dei mercati spagnoli e portoghesi (“baccalaos”) e fiamminghi (“bakeljauw”), mercati dove le grandi famiglie Genovesi amavano passare molto del loro tempo.



## *Liguria a tavola*

*Specialties from Genoa and the Riviera - Spécialités de la Ligurie*  
« **In dialetto genovese** »

### « **Fainâ e Tûrte** »

Piatto misto di specialità dal forno a legna  
*Specialties from brick oven - Spécialités de notre four au bois*

\*\*\*\*\*

### « **Stócche** »

Stoccafisso accomodato in umido alla Mario  
*Stewed dried codfish, Genoese style with potatoes, pine nuts, aromatic herbs*  
*Stockfisch selon la recette de Mario avec pommes de terre, pignons, fines herbes*

\*\*\*\*\*

### « **Zena** »

Tipico semifreddo a base di vaniglia  
*Typical Genoese vanilla parfait - Parfait au vanille typique de la Ligurie*

## *Il menù dell'ottagono*

€ 80,00 per due persone  
compreso coperto, servizio, acqua, caffè – vini esclusi

in omaggio il prezioso "Ottagono d'Ardesia"  
arricchito dall'immagine-opera di un giovane promettente allievo  
dell'Accademia d'Arte Ligustica di Genova

adesione gratuita al "Circolo dell'Ottagono"  
community dedicata a coloro  
che amano turismo, gastronomia, arte ed artigianato

o o o o o

## *Antica Cantina I Tre Merli*

vico dietro il coro maddalena, 26r  
16124 genova  
tel 010 2474095 - fax 010 2474042

### STORIA E LEGGENDA DEL CAPPON MAGRO

Il "Cappon Magro" non solo rappresenta nella gastronomia ligure uno dei piatti più ricchi, più colorati e più gustosi ma è anche avvolto di mistero e fascino perché con origini storiche non certe.

Ecco alcune versioni delle sue origini:

1. il cibo dei rematori delle "galere" che conteneva galletta, fave, castagne, olio, funghi secchi e baccalà;
2. il cibo dei servitori che riciclavano gli avanzi dei pranzi dei ricchi;
3. il cibo dei marinai che avevano la necessità di integrare la loro alimentazione con verdure durante la navigazione;
4. il cibo dei nobili che, nato nel '500 dalle mani di abili cuochi, sembra fosse chiamato "Biscotto Farcito" perché, in mezzo a fette biscottate inumidite con un pò di aceto e acqua, venivano posti a strati pesci, verdure e ortaggi lessi alternati con salsa verde e decorazione finale di olive nere.

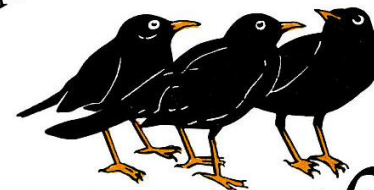
Insomma ci viene tramandato tutto e il contrario di tutto (da cibo dei poveri a cibo invece fatto apposta per i ricchi); in questo è il fascino, il mistero e la bellezza di questo piatto storico genovese.

Per quanto riguarda la derivazione del nome "Cappon Magro" ci sono due interpretazioni diverse:

1. può derivare dall'utilizzo del pesce Cappone
2. può derivare dal fatto che, essendo all'epoca considerato un piatto povero (le verdure ed il pesce erano considerati ingredienti poveri) si contrapponeva in questo modo al "grasso e opulento" Cappone (gallo castrato) consumato a Natale.

Una leggenda romantica racconta che questo piatto rappresentava per le mogli dei naviganti di Camogli (bellissima cittadina del Levante genovese prolifica di Comandanti marittimi e di gente di mare) un modo affettuoso per farsi ricordare e desiderare dai propri mariti proprio perchè era un piatto che si conservava e veniva consumato durante i lunghi periodi di navigazione; ancora oggi in tutti i panifici camogliani è possibile trovare la "Galletta del Marinaio" tradizionale biscotto salato indispensabile per la preparazione del piatto.

ANTICA CANTINA



*i tre merli*

*Liguria a tavola*

*Specialties from Genoa and the Riviera - Spécialités de la Ligurie*

**« In dialetto genovese »**

### **« Cappón magro »**

**Pesce, crostacei e verdure cotti a vapore, serviti con salsa verde**

*Traditional Genoese seafood appetizer with vegetables, fish, crustaceans and Italian green sauce  
Typique composition de légumes et de poissons accompagnée de la «sauce verte*

\*\*\*\*\*

### **« Ciuppin » in Pietra ollare**

**Classica zuppa di pesce e crostacei della riviera Ligure**

*Fish and crustaceans soup, served with croutons  
Classique soupe de poisson ligure servis avec des croûtons*

\*\*\*\*\*

### **« Læté dôçe fritu »**

**Latte dolce con panera e salsa al cioccolato fondente**

*Custard fritters and coffee parfait Genoese style with melted bitter chocolate  
Crème frite et parfait au café à la génoise avec chocolat fondant fondu*