

La mes-ciüa

La *Mesciua* est un plat simple de la tradition de notre chef-lieu, La Spezia.

C'est une soupe à base de petits haricots blancs, blé amidonnier et pois chiches.

Son origine semble remonter au XVIIIème siècle, quand La Spezia n'était qu'un petit bourg de

paysans, pêcheurs, marins, artisans et commerçants. A cette époque les voies de communication étaient difficiles et donc la mer constituait une grande voie commerciale, mais à cause de l'absence de quais il était difficile pour les gros navires de rejoindre le port.

On utilisait donc des embarcations typiques appelées *Leudi* qui

pouvaient transporter jusqu'à 30 tonnes avec un équipage de 6 personnes .

Les haricots, les pois chiches et le blé arrivaient sur ces bateaux et les hommes qui s'occupaient du chargement et du déchargement étaient nommés *Camalli*. Pendant leur travail, il arrivait qu'ils pouvaient rompre quelques sacs et donc perdre un peu de leur contenu, qui restait par

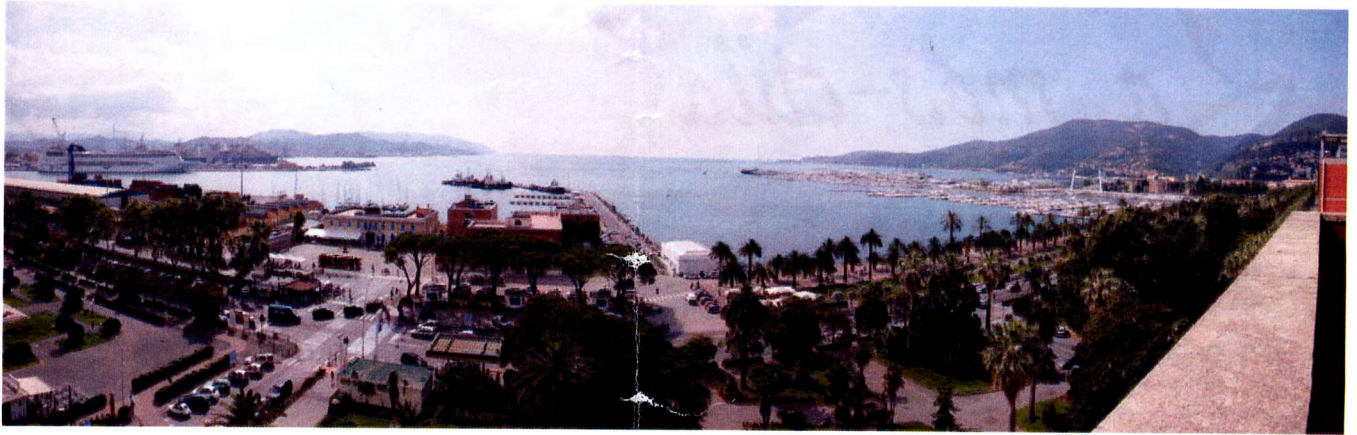
terre. On allait donc le cueillir pour le réutiliser comme aliment pour les repas quotidiens. On doit considérer qu'à l'époque la pauvreté et la famine étaient communes et donc les aliments trouvés étaient cueillis patiemment pendant toute une journée.

Les haricots, les pois chiches et le blé étaient utilisés pour préparer de soupes, mais comme la famille était nombreuse, on ne trouvait pas assez d'ingrédients pour faire une bonne soupe et on pensait donc d'utiliser pas un seul de ces ingrédients mais un



mélange de tous ceux qu'on trouvait. D'ici le nom *Mes-ciüa*, qui veut dire Mélange. Aujourd'hui la *Mesciua* est servie dans tous les restaurants de la tradition





cuisinière de La Spezia, mais on peut aussi la préparer chez nous car le mélange d'harricots, blé et pois chiches est vendu en pratiques confections à consommer fraîches, dans les marches de la ville et dans les épiceries.

Si vous voulez préparer votre *Mesciua* maison on vous suggère cette recette:

Pour 6 personnes

12 heures de trempage et 2 heures 15 minute d'ébullition

300g. de pois chiches

300g. de petits harricots blancs

100g. de blé amidonné

Un peu de bicarbonate (pas nécessaire, si vous voulez)

Huile d'olive vierge extra

Sel

Poivre

Préparation:

Faire tremper les harricots dans une boule avec de l'eau et du bicarbonate, faire tremper le blé et les pois chiches dans une autre boule de la même façon. Faire tremper les deux boules pour un temps de 12 heures.

Drainer les pois chiches et le blé et les mettre dans une marmite avec de l'eau froide peu salée, porter à bouillir et cuire pour 2 heures.

Dans une autre marmite avec de l'eau froide et peu salée, cuire les haricots, après le drainage pour 1 heure et demie.

Après, unir les haricots à la marmite des pois chiches et du blé et cuire encore pour environ 15 minutes.

Verser la soupe dans une soupière et servir dans des cocottes ou des plats fonds avec de l'huile d'olive et du poivre.

