

# Prescinsêua

Gnam!

L'è fæta cö o læte, lasciou a inacidì,  
o l'è un prodotto san, da-a nostra tradision zeneize.  
O l'è un mangià genuin che proprio no te fâ ingrascià  
g'ha e giuste calorie e quaexi ninte grasci.

A Prescinsêua  
no l'existe in t'a lengua italiann-a.  
A Prescinsêua  
a ciù mëgio a l'è quella dö Tigullio.

A Prescinsêua  
se ti a mangi ti te senti proprio ben, e mì, e mì:

mì la dêuvio coscì, solamente cö-o pan,  
mì la dêuvio coscì, in t'a torta de gëe,  
mì la dêuvio coscì, in t'a torta de riso, in sci-o péscio, in ti tóccchi e a fûgassa salà,  
mì la dêuvio coscì, finn-a in t'i porpettuin,  
perché a prescinsêua, no te lascia a pansa vêua.

Gh'è chi s'a fâ in casa, chi tempo no ghe n'ha,  
l'è mëgio ch'o s'accatte quella ch'è zâ bella pronta.  
L'è zâ da o 400 che se ne sente parlà,  
a l'è çità in ti libbri comme ottima pè-e diete.

A Prescinsêua  
a l'è un ottimo ingrediente in cuxinn-a.  
A Prescinsêua  
a te mette a posto finn-a l'intestin.  
A Prescinsêua  
a te serve pè tegnite sempre in forma, e mì, e mì:

mì la dêuvio coscì, in t'a torta de meie,  
mì la dêuvio coscì, drento a l'insalatta,  
mì la dêuvio coscì, anche drento a i raiëu, in to pesto, e lasagne e in t'a sarsa de noxi,  
mì la dêuvio coscì, perché a fâ dimagri,  
perché a prescinsêua, no te lascia a pansa vêua.

A Prescinsêua            a l'è a nostra bandëa  
A Prescinsêua            a l'è un'ottima idea  
A Prescinsêua            g'ha o savô da-a rivëa  
A Prescinsêua            a se mangia voentëa  
A Prescinsêua            a te mette allegria  
A Prescinsêua            a te dâ energia  
A Prescinsêua            no te lascia a pansa vêua

no te lascia a pansa vêua  
no te lascia a pansa vêua  
do Tigullio a prescinsêua.

A Prescinsêua.