

Mejo de Betto e Mary: tra memoria di famiglia e cucina contemporanea

24 Marzo 2026

di Rachele Russo



ROMA – Nel quartiere di Pietralata c'è una trattoria che racconta una storia familiare e allo stesso tempo prova a guardare avanti. Si chiama Mejo de Betto e Mary e dietro al nome c'è il percorso di **Luciano Spoletini**, classe 1995, cresciuto letteralmente tra i tavoli del ristorante Betto e Mary nel quartiere di Torpignattara.

La trattoria nasce nel 2008, quando sua madre decide di aprire il locale. Luciano ha appena tredici anni e passa buona parte del tempo lì dentro, osservando il lavoro in cucina e in sala. "Ci sono cresciuto", racconta. "La ristorazione è sempre stata il mio sogno".

Dopo alcuni anni la gestione cambia, ma nel 2016 la famiglia riprende in mano il progetto. È da quel momento che inizia una nuova fase. Quattro anni fa arriva anche un restyling:

l'ambiente diventa più curato, il menu evolve e la trattoria prende una direzione più personale.

A spiegare la filosofia della cucina e il rapporto con il quartiere, è direttamente Luciano Spoletini.

In che modo Mejo de Betto e Mary reinterpreta la tradizione romana nella sua cucina?

L'idea non è quella di replicare in modo rigoroso la tradizione romana, ma di partire da quella base per costruire qualcosa di diverso. La cucina di Mejo de Betto e Mary si muove infatti tra memoria e reinterpretazione. La tradizione romana pura nel menù in realtà c'è poco. Spesso sono proprio i clienti a chiederla, ma noi cerchiamo di proporre piatti nuovi. Con i grandi classici della capitale – carbonara, amatriciana o coda alla vaccinara – il rapporto è quasi inevitabilmente ambivalente, di amore e odio. A volte le persone hanno paura di assaggiare qualcosa di diverso e tornano sempre su quelli. Per questo la cucina del ristorante cerca una strada alternativa: prendere piatti della tradizione italiana e rielaborarli con ingredienti, tecniche e presentazioni più contemporanee.

Come nasce un piatto?

La costruzione del menù parte spesso da un'idea semplice: recuperare un piatto conosciuto e "metterci mano". Non si tratta di stravolgerlo, ma di reinterpretarlo. La stagionalità ha un ruolo fondamentale: il menù cambia ogni tre o quattro mesi, seguendo la disponibilità delle materie prime. Tra i piatti che rappresentano meglio l'identità del locale c'è una preparazione che non cambia mai: la panzanella. È uno dei punti fermi della cucina della trattoria. Pane raffermo, pomodoro, basilico e una cipolla resa croccante: pochi ingredienti, ma lavorati con attenzione. Accanto a questo, il menù propone piatti che guardano più apertamente alla contemporaneità, come gli gnocchi con zucca e salsiccia, oppure dessert che reinterpretano i classici. Tra questi, un tiramisù rivisitato con base tradizionale arricchita da frutto della passione, crumble al cioccolato fondente e spuma di cioccolato bianco.



Perché avete scelto Pietralata?

La scelta di aprire a Pietralata non è stata frutto di una strategia precisa. È semplicemente il luogo dove la mia famiglia ha costruito il proprio progetto. Oggi però il quartiere sta cambiando molto. Rimane un'area popolare, con molte case popolari, ma negli ultimi anni ha conosciuto una progressiva trasformazione urbana e culturale. Il pubblico della trattoria è variegato: romani, persone del quartiere e appassionati di cucina. I turisti, invece, sono ancora pochi.

Qual è il vostro approccio rispetto all'alta cucina e ai format gourmet?

In un momento in cui molti ristoranti puntano sull'alta cucina o su format gourmet, Mejo de Betto e Mary prova a mantenere un equilibrio diverso. L'obiettivo non è costruire un'esperienza gastronomica complessa come quella dei fine dining. Qui l'idea è fare un'ottima cena. La proposta include anche un piccolo menù degustazione pensato per condividere più piatti: due antipasti e due primi, con porzioni ridotte, per permettere ai clienti

di assaggiare più preparazioni.



Fare ristorazione oggi a Roma è ancora un lavoro per giovani?

Gestire un ristorante nella capitale, oggi, è molto faticoso. Negli anni si è un po' persa l'abitudine di uscire a cena semplicemente per stare bene. Sembra diventato quasi un problema andare a mangiare fuori. Eppure, per chi è cresciuto dentro una trattoria, quella resta una dimensione naturale.

Quali sono i piani per i prossimi anni?

Il futuro, almeno per ora, non prevede grandi rivoluzioni. L'idea è continuare a crescere nello stesso posto, mantenendo il legame con il quartiere e con la propria storia. Tra cinque o dieci anni immagino il ristorante esattamente dov'è oggi: a Pietralata, con la stessa voglia di cucinare e con una cucina che continua a muoversi tra memoria e sperimentazione. Perché,

in fondo, tutto è iniziato lì dentro. Tra i tavoli della trattoria aperta da mia madre quando avevo appena tredici anni.