|  |
| --- |
| **ALLEGATO A** |
| **RICETTE DELLA CUCINA MARCHIGIANA****Beccuta (La beccuta)** |
| **RM1** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Santa Maria Nuova** |
| **DESCRIZIONE** | Nata nel secondo dopoguerra, per il condiviso sentimento di necessità di risparmio e riciclo. La beccuta è un tipico dolce autunnale, che si può mangiare freddo o caldo, ricoperto di zucchero, che rievoca il calore familiare e la quiete autunnale dell'infanzia. Tradizionalmente era un dolce di mezza Quaresima e serviva a festeggiare la raccolta del mais e la sua macina: "tempo di polenta nuova", cioè di farina gialla. L'etimologia della parola della beccuta è beccare, dal beccare degli uccelli sui chicchi di mais. Questo perché la beccuta cucinata assomigliava ad un campo coltivato pieno di chicchi. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 6 persone: 1,5 Kg polenta avanzata, 300 g uva sultanina, 300 g farina di frumento, 1 bicchiere rum (Creola), 100 g zucchero (più una manciata per la guarnizione), 3 mele, 4 cucchiai olio EVO |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per prima cosa, mettere in ammollo l'uvetta nel rum e lasciare riposare. Nel frattempo, unire alla polenta la farina e lo zucchero e impastare il tutto con un cucchiaio; aggiungere l'uva sultanina precedentemente ammollata e strizzata, le mele sbucciate e tagliate a tocchetti, l'olio. Mescolare bene fino ad ottenere un composto umido e appiccicoso senza grumi di farina. Oliare la placca da forno e stendere l'impasto con le mani e con l'aiuto di un cucchiaio. Lo spessore dell'impasto steso deve essere di circa 2 centimetri; poi cospargere la superfice di zucchero. Forno preriscaldato a 200° per almeno 45 minuti, fino al crearsi una patina dorata in superfice. |

|  |
| --- |
| **Chichì ripieno** |
| **RM2** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Offida** |
| **DESCRIZIONE** | In dialetto offidano chichì significa “pizza”, “focaccia” e il chichì ripieno è una focaccia farcita con tonno, sottaceti, capperi e olive verdi, il tutto ben sminuzzato e amalgamato. E’ una ricetta tipica di Offida, bellissima cittadina nell’entroterra marchigiano in provincia di Ascoli Piceno. Tutte le estati, la prima domenica di Agosto, si celebra il chichì ripieno con una sagra interamente dedicata a questa prelibatezza. La ricetta non ha delle vere e proprie dosi ma si fa, come si dice "a occhio” quindi ho cercato di quantificarla e devo dire che è andata bene. Il chichì ripieno è ottimo sia caldo, che tiepido ma anche freddo e si può servire come antipasto o come aperitivo e perché no anche prepararlo per cena a posto della classica pizza. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Dosi per 4-6 persone:Per l’impasto: 270 g farina 0, 10 g lievito di birra fresco, 80 g latte, 50 g acqua, 25 g olio extravergine d’oliva, 6 g zucchero, 4 g salePer il ripieno: 250 g tonno sott’olio, 150 g verdure sottolio (Giardiniera: peperoni rossi, gialli, cipollinecarote…), 100 g olive verdi denocciolate, 20 g capperi sott’aceto, 3 filetti di acciughe sottolio, 1 ciuffo prezzemolo |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per prima cosa deve essere pèreparato l’impasto che dovrà lievitare per almeno 2 ore. Scaldare leggermente il latte. Versare il latte in una ciotola e aggiungere il lievito di birra fresco sbriciolato e stemperandolo nel latte fino a scioglierlo. Aggiungere lo zucchero e l’acqua e iniziare a unire la farina mescolando. Aggiungere ora l’olio extravergine di oliva e iniziare ad impastare con le mani. Unire il sale e continuare ad impastare per almeno 5 minuti finché l’impasto del chichì non è sodo, ben incordato e non si attacca alle mani. Formare una palla e sistemarla in una ciotola infarinata, coprire con un canovaccio umido o con la pellicola alimentare e lasciare lievitare in un luogo tiepido fino al raddoppio, circa 2 ore e 30 minuti. Se in casa non è abbastanza caldo o ci sono sbalzi di temperatura o correnti d’aria si può far lievitare l’impasto nel forno spento con la luce accesa. Nel frattempo mettere a scolare le verdure sottolio e il tonno in modo che l’eccesso di olio non impregni l’impasto del chichì ripieno. Sgocciolare anche le olive verdi e tagliarle a pezzetti. Sminuzzare molto finemente il tonno e le verdure, aggiungere le olive, i capperi e le acciughe tritate e mescolare bene, è possibile anche tritarle con un tritatutto. In ultimo unire il prezzemolo fresco lavato e tritato. Passato il tempo della lievitazione dividere l'impasto in due parti e stendere la prima parte con il matterello a formare un rettangolo o dando al chichì ripieno una forma rotonda o quadrata. Distribuire il ripieno sulla base lasciando liberi i bordi. Stendere la seconda parte dell’impasto e adagiarla sul ripieno. Sigillare bene i bordi per evitare la fuoriuscita del ripieno in cottura, possono essere arrotolati su se stessi come a formare un cordoncino. Spennellare la superficie del chichì con l’olio extravergine di oliva e con i rebbi di una forchetta bucherellare il chichì ripieno. Infornare a 220° in forno statico e cuocere per circa 20/25 minuti, finché il chichì ripieno non assume un bel colorito. Sfornare il chichì ripieno e tagliarlo a dadini o a fette e servire in tavola! Il chichì ripieno è buono sia gustato caldo, che tiepido ma che freddo. Il chichì ripieno si conserva morbido e buono per 2/3 giorni. |

|  |
| --- |
| **ngreccio o 'ngriccio** |
| **RM3** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Montefortino** |
| **DESCRIZIONE** | Mangiavo questa zuppa a casa dei miei bisnonni a montefortino. Purtroppo non ho notizie rilevanti x quanto riguarda l'origine della ricetta. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Granturco, fagioli borlotti, patate, carota, sedano e cipolla per il soffritto |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Soffriggere sedano, carota e cipolla. Mettere le patate, i fagioli e i chicchi di granturco nella casseruola e ricoprire con acqua bollente/brodo vegetale semplice. Far sobbollire x un quarto d'ora circa e aggiustare di sale. Servire la zuppa con qualche strisciolina di pane bruscato sulla brace.Lessiamo ogni ingrediente separatamente: -le patate tagliate a cubetti e tirarle fuori un po' dure - i fagioli borlotti anch'essi ancora un po' duri - le pannocchie di granturco e sgranare i chicchi una volta fredde |

|  |
| --- |
| **Pappafrullo ed erbe strascinate** |
| **RM4** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Fabriano** |
| **DESCRIZIONE** | Il pappafrullo è semplicemente una crescia o focaccia fatta con farina di mais, acqua e sale, cotta direttamente sui mattoni del focolare, mescolata con le erbe di campo ripassate in padella con olio aglio e peperoncino. Ecco la mia rivisitazione del pappafrullo , ho reso la focaccia più "leggera", utilizzato un mix di farine, aggiunto un po' di lievito ed lasciato maturare l'impasto per 24 ore. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la focaccia o "crescia": 350 g farina 0 per pane, 150 g farina di mais, 350 ml acqua, 2 g lievito di birra, 20 g sale, olio extra vergine di oliva, erbe spontanee (rugni, crispigne, malva, pimpinella)...lessate e ripassate in padella con aglio e peperoncino. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una ciotola mescolare le farine e aggiungere lievito di birra, l'acqua e il sale, mescolare con un cucchiaio di legno il tempo necessario per far assorbire l'acqua. Lasciar maturare l'impasto a temperatura ambiente per circa 16 ore nella ciotola coperta. Fare una serie di pieghe a tre, arrotondare a palla e lasciar riposare per 1 ora, poi ripetere la serie di pieghe, riposo per 30 minuti e poi stendere con le mani in una teglia e attendere che raddoppi il suo volume (circa 2 ore). Cuocere in forno ventilato a 190° per circa 30 minuti, mettere il forno in fessura negli ultimi 10 minuti di cottura. Tagliare la focaccia, tostarla in forno e mescolarla con le erbe, ripassare in padella con aglio e peperoncino, condire generosamente con olio extra vergine di oliva. |

|  |
| --- |
| **Pizza con il formaggio o pizza di pasqua** |
| **RM5** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | Viene tradizionalmente chiamata "pizza di Pasqua" perché è proprio in questo periodo che le galline aumentano la produzione di uova e che migliore è il sapore del formaggio di pecora, nonchè la produzione dello stesso. Da questo si deduce che è strettamente necessario procurarsi ingredienti di ottima qualità: farina, uova, formaggio, di cui la terra marchigiana è ricca produttrice. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per due pizze grandi o 4 piccole: 1 kg farina 00, 400 g pecorino semi-stagionato, 300 g parmigiano, 200 g pecorino stagionato o pecorino romano, 6 uova, un cucchiaino di zucchero, mezzo bicchiere (da vino) di olio di oliva (anche meno), una manciatina sale fino, una manciata pepe nero macinato, 100 g lievito di birra, 700 g latte |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere in una ciotola molto capiente la farina, il parmigiano grattugiato, il pecorino stagionato grattugiato o il pecorino romano, mescolare e fare un incavo al centro in cui versare, in ordine, le uova, un cucchiaino di zucchero, 2 o 3 cucchiai di olio d’oliva, una manciatina di sale fino e una manciata di pepe nero macinato e il lievito di birra a cubetti sbriciolato. Versare, mescolando con una forchetta, circa 500 g di latte tiepido. Continuare a mescolare con un cucchiaio di legno fino ad ottenere un impasto omogeneo e morbido. Il recipiente per la cottura, rigorosamente di alluminio, deve avere la forma di tronco di cono rovesciato. Ungere con olio oliva il fondo dei tegami e versarvi l’impasto, nel quale infilare, coprendoli con l’impasto stesso, alcuni pezzi di pecorino semi stagionato (400 g circa), si possono aggiungere altri formaggi (groyere, fontina e provolone). Coprire i tegami con piatti rovesciati e far lievitare per un’ora in luogo caldo (è possibile far lievitare un'ora nel forno a 40°) e poi cuocere in forno a 180° per 45-50 minuti o fino a che non si sarà formata una bella crosta più che dorata. La pizza va tolta dal recipiente una volta quasi fredda per permettere che si stacchi facilmente dal tegame. Variante: l’impasto si potrebbe fare anche sulla tavola della pasta. Resterà più consistente, simile a quello del pane, e la pizza sarà più “tosta” ma ugualmente buona. Il problema potrebbe essere quello di trovare il tegame adatto, perché il tronco di cono (rovesciato) è indicato sia per la lievitazione sia per impedire che durante la cottura l’impasto si afflosci. |

|  |
| --- |
| **Pizza Favalanciata** |
| **RM6** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Acquasanta Terme, Ascoli Piceno** |
| **DESCRIZIONE** | Pizza che nasce nelle case del piccolo borgo di Favalanciata. In origine erano cacciannanze (focaccia) con ingredienti della zona e dell'orto. Tra maggio e giugno si utilizzano le fave degli orti privati che raccolte, venivano schiacciate, cotte e frullate per creare una salsa da spalmare insieme a una manciata di fave intere da adorno (oggi le Fave della Comunità Slow Food di Favalanciata). A rafforzarne il sapore si aggiungevano formaggio pecorino locale e guanciale a fette sottili. Negli ultimi anni la nascita del progetto gastronomico con il nome della stessa frazione ha diffuso tale tipologia di pizza, oggi proposta in vari menù delle migliori pizzerie d'Italia e non solo. Un omaggio alla piccola frazione da cui deriva il nome e la coltivazione secolare del legume. Una ricetta che arriva dalla tradizione orale tramandata per generazioni dai suoi paesani, che trova un fondamento storico dall'etimologia della frazione già presente nelle carte storiche del medioevo e nelle carte dei mercati locali dal 1800. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 100 g fave fresche, 100 g mozzarella fiordilatte, 50 g guanciale a fette, 50 g formaggio pecorino, 3 foglie basilico, 1 cucchiaino olio evo a crudo |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Realizzare una base di pizza. Una volta fatta lievitare e stesa, condire la base con della crema di fave. Mettere la mozzarella fiordilatte a strisce o a fette rotonde sottili. Inserire delle fette tagliate fine di guanciale e spolverare il formaggio pecorino possibilmente a scaglie sopra la pizza. Cuocere nel forno a legna per qualche minuto o in quello domestico 10 minuti. Una volta pronta aggiungere un giro di olio evo a crudo e qualche foglia di basilico fresco. |

|  |
| --- |
| **Pizza Rossini** |
| **RM7** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Pesaro** |
| **DESCRIZIONE** | La pizza Rossini nasce a Pesaro negli anni '60, in una pasticceria cittadina. All'inizio veniva gustata come pizzetta durante la colazione, poi con il passare degli anni si espande ed entra di diritto nella ristorazione cittadini, diventando un piatto, anzi la pizza al piatto Rossini. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Impasto: 500 g farina 0, 1 g lievito di birra fresco, 375 g acqua, 12 g sale fino, olio extravergine d'olivaPer farcire: 200 g salsa di pomodoro, 4 uova, 200 g mozzarella, maionese, un pizzico origano, sale |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Versare la farina in una ciotola capiente, aggiungere il lievito di birra fresco. Aggiungere l’acqua fredda a filo e impastare anche con la planetaria. Lavorare l'impasto sul piano da lavoro, incordandolo perfettamente, aggiungere il sale e la restante acqua sempre a filo, continuando a lavorare l’impasto. Quando si noteranno delle bolle avrà inglobato abbastanza aria e sarà ben lavorato, aggiungere un filo d’olio extravergine e farlo assorbire. Fare qualche piega, coprire con ciotola a campana, far riposare una decina di minuti e ripetere le pieghe. Sistemare in una ciotola unta con un filo d’olio, e far lievitare coperta per 10 ore circa. Una volta raddoppiato di volume, dividere l'impasto in due parti, fare qualche piega e pirla l’impasto su se stesso roteandolo sul piano da lavoro con i palmi delle mani. Far lievitare per altre tre ore circa, o comunque fino al raddoppio di volume. Cuocere le uova in abbondante acqua per 8 minuti, sbucciarle, lavarle sotto l’acqua corrente e tagliarle a fettine. Stendere le basi delle pizze su teglie (diametro 32 cm) leggermente infarinate allargando la base dall’interno verso l’esterno. Condire le pizze con salsa di pomodoro, alla quale avrai aggiunto sale, origano e un filo d’olio extravergine. Cuocere una pizza alla volta per 5 minuti circa nel binario basso del forno selezionando la modalità “ventilato” e impostando la temperatura a 280° o alla massima potenza del tuo forno. Aggiungere la mozzarella e cuocere per altri 3 o 4 minuti circa. |

|  |
| --- |
| **Pizza Vettore** |
| **RM8** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Montegallo** |
| **DESCRIZIONE** | Un omaggio ai sapori dei Monti Sibillini, la Pizza Vettore unisce ingredienti tipici del territorio, come funghi porcini e tartufo, ad una base classica di mozzarella e pomodoro. Lo speck aggiunge un tocco affumicato. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Impasto: 500 g farina 00, 300 ml acqua tiepida, 10 g lievito di birra fresco (o lievito secco), 10 g sale, 1 cucchiino zucchero, 3 cucchiai olio extravergine di oliva Condimento: 200 g mozzarella fiordilatte, 150 g polpa di pomodoro, 80 g speck a fette sottili, 100 g funghi porcini, scaglie di tartufo nero, sale e pepeDosi per 4 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparazione dell’impasto: Sciogliere il lievito di birra nell’acqua tiepida con lo zucchero. In una ciotola capiente, versare la farina e aggiungere gradualmente l’acqua con il lievito, mescolando con una forchetta. Unire il sale e l’olio, quindi impastare fino a ottenere un composto liscio ed elastico. Coprire con un canovaccio e lasciare lievitare per circa 2 ore, o fino al raddoppio del volume. Preparazione della base: Preriscaldare il forno a 250°C (o alla massima temperatura). Stendere l’impasto su una teglia leggermente unta, formando un disco sottile. Condimento: Spalmare uniformemente la polpa di pomodoro sulla base e aggiungere un pizzico di sale e pepe. Distribuire la mozzarella tagliata a cubetti.Cottura: Infornare la pizza per circa 10 minuti, fino a quando la base risulta ben cotta e la mozzarella si è sciolta. Togliere la pizza dal forno e distribuire sopra le fette di speck e i funghi porcini precedentemente saltati in padella con un filo d’olio e un pizzico di sale. Aggiungere le scaglie di tartufo nero. Rimettere in forno per altri 2 minuti per amalgamare i sapori. Servire calda, accompagnata da un bicchiere di vino rosso locale per esaltare i sapori autentici dei Monti Sibillini. |

|  |
| --- |
| **Piconi al formaggio** |
| **RM9** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Altro** | **Ascoli Piceno** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta è tipica della tradizione pasquale di Ascoli Piceno, si mangia in genere come antipasto ma spesso viene usata anche nei rinfreschi, accompagnata da un bel salame stagionato. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per il ripieno: 350 g pecorino grattugiato, 350 g parmigiano reggiano grattugiato, 4 uova, sale e pepe secondo il proprio gusto Per la sfoglia: 450 g farina, 4 uova, 30 g circa olio extra vergine di olivaPer 30 o 35 piconi circa |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per il ripieno si inizia sbattendo le uova e mescolando i formaggi, aggiungendo poco sale e pepe. Successivamrnte si prepara la sfoglia con le uova, la farina e poco olio. Impastare bene per ottenere un impasto liscio, con l’aiuto di un mattarello stendere la sfoglia abbastanza sottile. Posizionare il ripieno di formaggio aiutandosi con un cucchiaio e poi coprire con la sfoglia per formare un raviolo. Pressare bene i bordi e ritagliarli dando la forma di un rettangolo. Infine sistemare tutti i piconi su una teglia con carta forno, spennellando con uovo sbattuto e facendo un taglio a croce sopra con le forbici, in modo tale che durante la cottura il ripieno esca fuori, creando la loro forma classicaCuocere in forno ventilato 180 gradi per 25 o 30 miniti |

|  |
| --- |
| **“Lu pappuncì” pane secco uova e pomodoro** |
| **RM10** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta era tipica delle nostre campagne nel periodo estivo: infatti c'erano i pomodori freschi ed il pane seccava più velocemente. Questo ancora una volta a dimostrare l'abilità delle donne di un tempo a preparare ottimi piatti evitando qualsiasi spreco. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 400 g pane secco, 400 g pomodori rossi freschi, 100 g cipolla, 50 g olio EVO, 50 g pecorino grattugiato, 4 uova, sale g.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una padella sul fuoco far dorare la cipolla tagliata a julienne con l'olio, in seguito aggiungere i pomodori maturi tagliati a pezzi e privati della pelle e lasciar cuocere per una decina di minuti a fuoco moderato e recipiente coperto. Unire le uova e girare continuamente delicatamente, finché cuociano a 3/4 di cottura a fuoco lento (il composto deve rimanere molto morbido) aggiustare di sale e cospargere con pecorino grattugiato. In un altro recipiente fare un primo strato di pane secco e coprirlo con il composto descritto sopra. Ripetere l'operazione per uno, due strati e poi coprire il recipiente e lasciar riposare per un quarto d'ora circa, dopodiché è possibile servirle. |

|  |
| --- |
| **Bombolini alla fanese** |
| **RM11** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Fano** |
| **DESCRIZIONE** | Dalla tradizione marinara fanese nasce questo piatto dalle umili origini, ma in grado di soddisfare le esigenze dei pescatori e non solo. Viene servito sia come antipasto caldo che come secondo piatto ed è una vera ghiottoneria! Estrarre i molluschi uno ad uno del loro guscio può sembrare un'impresa ardua, ma a riempire i piatti con i gusci vuoti ci si impiega solo un'attimo!!! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 1 kg bombolini (lumachine di mare), 2 spicchi aglio, finocchietto selvatico q.b., 1 mazzetto prezzemolo, 1 rametto timo, 1 rametto maggiorana, 1 peperoncino, 1 bicchiere vino bianco secco, passata di pomodoro q.b., scorza di un limone bio, 1 bicchiere olio evo, sale q.b., pepe q.b., fette di pane abbrustolito |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Dopo aver ripetutamente lavato le lumachine, lessarle in acqua salata per 10 minuti, scolarle e lavarle sotto l’acqua corrente. In una pentola far soffriggere nell'olio gli spicchi d’aglio schiacciati, quando avranno preso colore unire il prezzemolo, la maggiorana e il finocchietto selvatico grossolanamente tritati. Poco dopo versare li bombolini salare, pepare e mescolare. Lasciare cuocere per una ventina di minuti bagnando con il vino bianco, quindi versare la passata di pomodoro e cuocere ancora per un’oretta a fuoco lento. Servire i bombolini alla fanese ben caldi con fette di pane abbrustolito. |

|  |
| --- |
| **Coppe de pà co li broccoli (fette di pane con i broccoli)** |
| **RM12** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Fermo, Lapedona** |
| **DESCRIZIONE** | La tradì ci ricorda che questa preparazione era tipica del periodo invernale, quando le giornate erano corte e i contadini uscivano per i lavori di stagione nella tarda mattinata fino al primo pomeriggio, saltando il pranzo. Era ideato come “ferma stomaco” in quanto si adattava ad essere consumato freddo. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 800 g pane, 800g cavolfiore, 100 g sardoncini, 20 g aceto, 60 g olio evo, aglio, sale, pepe, alloro q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Pulire il cavolfiore togliendo foglie e parti dure lessare in acqua bollente fino a tre quarti di cottura e scolare. Poi su un soutè (padella) con olio faremo dorare l'aglio vestito, con qualche foglia di alloro, unire i sardoncini sliscati e puliti bene dal sale, il cavolfiore e l'aceto, spruzzare di pepe macinato e, a recipiente coperto, cuocere a fuoco moderato per almeno un quarto d'ora girando di tanto in tanto e aggiustando di sale se necessario. A parte "bruscare" cioè tostare le fette di pane piuttosto spesse su cui disporremo (avendo tolto prima l'aglio e l'alloro) un buono strato di composto pronto in padella, poi coprire con un'altra fetta a mò di sandwich. Possono essere consumati subito o dopo varie ore.Tostare il pane Lessare i cavolfiori |

|  |
| --- |
| **Coratella d’agnello con le uova** |
| **RM13** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questa preparazione molto buona, era tradizionale della ricorrenza della Santa Pasqua; precedeva quasi sempre la stracciatella in brodo di gallina, che insieme all'agnello al forno con le patate, era il grande menù delle feste "ricordative" come Pasqua e Natale. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 400 g coratella di agnello, 200 g sedano, carote e cipolla, 40 g formaggio pecorino grattugiato, 50 g vino bianco, 40 g olio EVO, 2 uova intere, sale e pepe bianco macinato q.b, odore di buccia di limone grattugiata |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | DICE IL NUTRIZIONISTA Con la coratella d'agnello non ci sono mezze misure: o piace alla follia oppure non piace per niente. lo sono fortunato, poiché mi piace alla follia, ma il rischio è di mangiarne due o tre porzioni (il che è sempre sbagliato). Una porzione fornisce un apporto calorico buono per un antipasto. Chiaramente i carboidrati sono praticamente assenti, le proteine molto ben rappresentate e ad alto valore biologico, ma ATTENZIONE anche molto ricche di purine e quindi da evitare per iperuricemici e gottosi. Anche i grassi sono tanti e non proprio buoni, con tanto colesterolo (come la maggior parte delle frattaglie). Pertanto, questo piatto non può mancare a Pasqua e Natale, ma non deve comparire in altri periodi dell'anno.Immergere in acqua bollente per tre minuti la corata di agnello, scolere e tagliere a cubetti il più possibile uniformi. A parte, in una pentola, con l'olio faremo dorare gli odori precedentemente tritati, aggiungeremo la corata che, a sua volta, faremo rosolare ed aggiusteremo di sale e pepe bianco e lasceremo cuocere a recipiente coperto e fuoco moderato girando di tanto in tanto. A parte batteremo le uova con la buffia di limone ed il formaggio grattugiato, che uniremo alla corata pochi minuti prima di servirla, evitando di farla raffreddare troppo. |

|  |
| --- |
| **Cremini fritti all'ascolana** |
| **RM14** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Ascoli Piceno** |
| **DESCRIZIONE** | I cremini fritti all'ascolana fanno parte di un piatto tipico della tradizione marchigiana. Sono particolari per il loro sapore agrodolce, vengono mangiati come un secondo piatto, accompagnati da cotolette di agnello panate e olive all'ascolana oppure vengono presentati come antipasto insieme ad olive, zucchine, patate fritte. Sono molto usati nei banchetti dei matrimoni, dei compleanni e nelle varie ricorrrenze. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Crema: 1 l latte, 4 uova (3 rossi e 1 chiaro), 7 cucchiai zucchero, 5 cucchiai farina, 1 goccio di liquore a base di anice, 1 scorza di limonePanatura e frittura: 2 o 3 uova, pangrattato q.b., farina 0 q.b., olio di semi per la frittura q.b.Per 6 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Porre in una casseruola i tuorli e lo zucchero, sbattere bene e unire la farina poco per volta e il latte. Mettere il tutto sul fuoco mescolando continuamente fino a quando il liquido ottenuto non bolle e otteniamo una crema fluida. Togliere la crema dal fuoco, unire un goccio di liquore a base di anice poi versiare il composto su un contenitore rettangolare e far raffreddare per circa due ore. Tagliare la crema in quadratini da 2.5-3 cm di lato, ricoprire di farina tutti i lati. Ripassare ogni pezzetto di crema prima nell’uovo sbattuto e poi nel pangrattato. Friggere la crema nell'olio scaldato per circa 3 minuti, scolare i cremini sullo scottex per elimanare l'olio in eccesso e ...i cremini sono pronti per essere serviti caldi caldi. |

|  |
| --- |
| **Furbi có l’abbiti** |
| **RM15** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Potenza Picena** |
| **DESCRIZIONE** | Questo piatto della tradizione, nasce dalla quotidianità di un tempo, dallo scambio che avveniva tra i pescatori e i contadini. Quando, i primi, rientravano dal mare portando con sé il pescato, incontravano i contadini provenienti dalle campagne intenti a vendere sulla costa il loro raccolto. Lo scambio tra i polpi (furbi) dei pescatori e le verdure fresche dei contadini, ha dato origine a questo piatto semplice che però stupisce sempre per la sua bontà e versatilità! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 800 g moscardini (Molluschi di scoglio, detti “polpi di sabbia), 300 g bietola, 400 g pomodori pelati, un cucchiaio concentrato di pomodoro, 4 patate non molto grandi, 1 costa di sedano, 1 carota, 1 cipolla piccola, 2 scalogno piccoli, olio EVO q.b., peperoncino a piacere, sale q.b., pepe q.b., 1 bicchiere di vino bianco |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Pulire i moscardini (per pulirli, bisogna rivoltare la testa, così da togliere le interiora, quindi togliere gli occhi e il becco. Vivendo in ambienti sabbiosi, vanno lavati accuratamente, possibilmente in acqua fredda salata). Tagliate le patate a cubetti di circa 2 cm. Pulire la bietola e tagliare grossolanamente. Preparare un soffritto con sedano, scalogno, cipolla e carota. In una casseruola, far imbiondire il soffritto in olio, aumentare il fuoco e aggiungere i moscardini. Far cuocere i moscardini per qualche minuto a fuoco vivace e sfumare con il vino. Quando il vino sarà evaporato, abbassare il fuoco. Aggiungere un paio di mestoli di acqua, i pomodori pelati, il concentrato di pomodoro e lasciar cuocere per circa 15 minuti. Aggiungere le patate e la bietola, aggiustare di sale e pepe e lasciar cuocere per circa 35/40 minuti. Quando il tutto sarà ristretto e il polpo avrà assunto un colore rossiccio, il piatto sarà pronto.Casseruola |

|  |
| --- |
| **I caciù marchigiani** |
| **RM16** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Amandola, Comunanza** |
| **DESCRIZIONE** | “Li caciù di pecorino“, come dice mia nonna, sono tipici del periodo pasquale. Nelle Marche sono conosciuti con diverse denominazioni e anche la ricetta subisce delle variazioni, ma l’unico ingrediente comune a tutte è il pecorino. La versione della mia nonna è tipica della zona ascolana, ottima da accompagnare in un aperitivo a base di salumi, ma sono deliziosi anche gustati da soli a fine pasto. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Sfoglia: 4 uova, 400 g farina 00, 2 cucchiai olio extravergine d’oliva Ripieno: 10 uova, 500 g parmigiano Reggiano DOP grattugiato, 500 g pecorino stagionato grattugiato, 25 ml mistrà |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Pasta sfoglia:iIn una ciotola formare una fontana con la farina e agiungere le uova e l’olio, mescolare fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Avvolgerlo con la pellicola e lasciarlo riposare il tempo necessario per preparare il ripieno. Ripieno: in una ciotola rompere le uova e aggiungere i formaggi grattugiati. Amalgamare fino ad avere omogeneità. Preparazione dei caciù: dividere la pasta in diverse quantità che andranno stese con il matterello o con l’aiuto di una macchina per pasta, ottenendo il giusto spessore, sottile (con la macchina spessore nr 8). Una volta stesa la pasta con l’aiuto di un cucchiaio, porre l’impasto con il formaggio al centro, ripetendo per tutta la lunghezza della sfoglia. Ripiegare i due lati della sfoglia così da formare dei ravioli. Chiuderli bene in modo che il ripieno non fuoriesca durante la cottura e tagliare la sfoglia a forma di raviolo utilizzando una rotella tagliapasta. Ripetere lo stesso procedimento per tutte le sfoglie stese. Appoggiare i ravioli in una teglia foderata di carta forno, e con l’aiuto di una forbice, effettuare un taglio orizzontale sulla superficie del raviolo, (in questo modo in fase di cottura il formaggio uscirà!). Spennellare e infornare in forno preriscaldato statico,a 170°C per circa 25 min |

|  |
| --- |
| **La galantina** |
| **RM17** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | Chi conosce la storia della cucina sa che non esiste l'origine di una ricetta, esiste piuttosto l'identità: ogni piatto è l'evoluzione di qualcosa che si faceva già e questo vale anche per quel capolavoro che è la galantina. Dobbiamo andare nell’antica Roma per trovarne le prime tracce, il nome deriva dal tardo latino “gelatina”, probabilmente riferito al fatto che nella cottura delle sue carni si produce, appunto, una gelatina. Marco Gavio Apicio nel suo “De re coquinaria”, nel I sec. DC, dà le istruzioni per un “pollo ripieno di impasto di carne, pinoli, olio e pepe a chicchi”. Sicuramente la progenitrice della nostra Galantina marchigiana, ma è nel medioevo e nel rinascimento che, tra la ricche mense delle nobili corti, si esalta l'arte di preparare volatili da cortile ripieni di carne, olive, uova e spezie. Ma, attenzione, non era solo una moda italiana: la preparazione della galantina era conosciuta in Spagna, in Francia, in Polonia, ad esempio, è ancora un piatto diffusissimo e apprezzato, chiamato: Galantyna. Pellegrino Artusi nel suo famigerato “La scienza in cucina e l’arte di mangiare bene” nei primi del '900 scrive di: “un cappone in galantina fatto in casa mia e servito a un pranzo” la lavorazione e il ripieno, tra cui tartufo e pistacchi, non dissimile da come si produce oggi. La galantina di pollo o di gallina è particolarmente conosciuta nelle regioni del centro Italia, nelle vicine Umbria e Abruzzo, ad esempio, è un piatto legato alle feste natalizie, MA E' NELLE MARCHE, che troviamo la vera culla di questo ripieno delicato. Le “vergare” marchigiane preparavano la galantina in ogni occasione utilizzando materie prime facilmente reperibili nelle campagne. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Gallina disossata, macinato di vitello o manzo,6 uova, parmigiano, mortadella, pistacchi, carote, sedano, olive verdi denocciolate, pepe e sale |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | L’ingrediente fondamentale della galantina marchigiana è la gallina disossata. Si consiglia di far eseguire questa operazione al macellaio di fiducia. Per chi è esperto, servono coltello e forbici da cucina. La gallina va appoggiata sulla schiena e tagliata longitudinalmente dal collo passando per il petto, fino al foro di eviscerazione. A partire da questo taglio, una mano esperta riuscirà a separare l’involucro di carne e pelle dalla carcassa ossea. Passare a preparare l’impasto a base di macinato di vitello, o manzo, a seconda del sapore più delicato o più accentuato da ottenere. Gli altri ingredienti necessari sono: 6 uova, parmigiano, mortadella, pistacchi, carote, sedano, olive verdi denocciolate, pepe e sale. Aggiustare le quantità in base alla taglia del volatile. Lessare tre uova da sgusciare per essere utilizzate in seguito. Usare le altre tre uova (tuorlo e albume) per impastare la carne di manzo opportunamente salata e leggermente pepata con il parmigiano. Carote e sedano possono essere pulite e tagliate longitudinalmente o spezzettate ed unire all'impasto insieme ai pistacchi sgusciati, alle olive verdi, alle uova ed ai tocchi di mortadella. A questo punto chiudere la gallina farcita e cucirla. Fare attenzione a sigillare adeguatamente la pelle ed a ottenere un impasto piuttosto compatto. La galantina può essere cotta al vapore o bollita in acqua, come vorrebbe la tradizione. Una volta cotta andrà lasciata a raffreddare e, nel contempo, presseremo con un peso per compattare ulteriormente il contenuto. L’obiettivo è quello di ottenere un prodotto che si possa tagliare al coltello mantenendo l’integrità della fetta. Serviamo con contorno di insalata russa o cicoria bollita. Erbe marchigiane per amatori e conoscitori. |

|  |
| --- |
| **Olive in salamoia alla marchigiana** |
| **RM18** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | É una ricetta di famiglia, mio padre, nato nel 1934, le prepara ancora. A dargli la ricetta è stato un suo zio del 1914 (?) che aveva un banco di frutta in Piazza delle Erbe in Ancona negli anni '40-50 del Novecento. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 2 kg di olive, sale grosso q.b., 1 capocchia d’aglio, gambi di finocchio, bucce di arancia |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In un vaso in vetro vanno alternate le olive (sciacquate e asciugate) con uno strato di sale, aglio scamiciato, bucce di arancia e gambi di finocchio, poi ancora uno strato di olive e uno di sale e di spicchi di aglio, gambi di finocchio e scorze di arancia, fino alla fine delle olive. La chiusura non deve obbligatoriamente essere ermetica. Il vaso va rigirato un paio di volte al giorno per i primi giorni, poi ogni due/tre giorni. Fin dall'inizio va fatto riposare in un luogo fresco e buio. Ci vorranno circa 20/30 giorni prima che le olive perdano il sapore amaro e siano pronte da gustare, come antipasto o come contorno o in aggiunta a primi piatti o secondi. |

|  |
| --- |
| **Oliva Ascolana del Piceno Ripiena** |
| **RM19** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Antipasto** |  |
| **DESCRIZIONE** | "Oliva Ascolana del Piceno". La denominazione d'origine protetta "Oliva Ascolana del Piceno" è riservata alle olive, in salamoia o ripiene, che rispondono ai requisiti e alle condizioni stabilite dal Regolamento Comunitario n. 510/2006 ed indicate nel disciplinare di produzione, prodotte nella zona delimitata di determinati comuni della provincia di Ascoli Piceno e Teramo del disciplinare, ottenute dalla varietà d'olivo "Ascolana Tenera". Il nucleo originario di diffusione della coltivazione, va ricondotto ai Comuni di Ascoli Piceno, Folignano, Venarotta, Castel di Lama, in provincia di Ascoli Piceno e S. Egidio alla Vibrata, Civitella del Tronto in provincia di Teramo. Le olive da tavola provenienti da questi territori, erano conosciute dai classici latini come "Ulivae Picenae". Notevole l'incidenza della tecnica di trasformazione adottata nei comprensori di storica diffusione, sui caratteri del prodotto originario e relativa all'uso di un carbonato alcalino per estrarre dalle olive, insieme al grasso, le sostanze amare. I Monaci Benedettini Olivetani del Piceno, furono i primi ad operare la concia delle olive e a testimoniare il carattere di un'industria locale basata proprio sulla preparazione delle olive da tavola. Le prime notizie circa la farcitura dell'oliva ascolana risalgono al 1600 periodo in cui queste una volta denocciolate, venivano riempite di erbe ( olive giudee). La ricetta attuale invece, ha origine nel XIX sec. con farcitura a prevalente base di carni, quale specialità in uso in famiglie agiate. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | oliva ascolana tenera La denominazione "Oliva Ascolana del Piceno" Ripiena viene prodotta secondo le modalità tipiche e tradizionali sotto riportate: a) Caratteristiche degli ingredienti Carni fresche: carni di bovino maturo provenienti dalla zona di cui all'art 3, minimo 40% - massimo 70%; carni suine mature provenienti dalla zona minimo 30% - massimo 50%; è tollerata l'aggiunta di carni di pollo provenienti dalla zona e/o tacchino fino ad un massimo del 10%. Ingredienti aggiuntivi: uova (da 2 a 4, secondo necessità, per kg di impasto); formaggio stagionato grattugiato per aroma ed amalgama, minimo gr. 100 per kg di impasto; olio extravergine e/o strutto quanto basta per la cottura delle carni, è consentito l'uso del burro nella cottura delle carni purché indicato; vino bianco secco; cipolla, carota, costa di sedano, noce moscata, sale, quanto basta per l'insaporimento delle carni in cottura. Ingredienti facoltativi: è ammesso l'utilizzo di piccole quantità di salsa di pomodoro per l'insaporimento delle carni; chiodi di garofano; pepe; buccia di limone grattugiata ed altri aromi di minore entità. -- Ingredienti per la panatura: uova, farina di grano, pangrattato, in quantità sufficienti per la formazione di una leggera copertura dell'oliva ripiena. II prodotto finito deve contenere almeno il 40% in peso di oliva denocciolata.vedi ingredienti |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Le carni sopracitate, tagliate in pezzi, vengono rosolate con cipolla, carota e sedano, in olio extravergine di oliva e/o strutto (è consentito l'uso del burro) e portate a cottura a fuoco lento con aggiunta di vino bianco secco e sale. A cottura ultimata la carne e gli ingredienti aggiuntivi vengono triturati. L'impasto viene legato con uova, formaggio grattugiato e aggiunta di noce moscata. Le olive preventivamente denocciolate vengono riempite con l'impasto così ottenuto. Le olive ripiene vengono passate nella farina, nell'uovo battuto ed infine nel pangrattato. Il prodotto finale è destinato alla frittura.vedi preparazione |

|  |
| --- |
| **Fagiolina dall’occhio al pomodoro** |
| **RM20** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Contorno** | **Ascoli Piceno** |
| **DESCRIZIONE** | La fagiolina dall’occhio, quella lunga lunga e sottile come lacci delle scarpe, è un ortaggio tipico dell’ascolano e si trova nei mercatini locali della verdura (mai trovati al supermercato!) solo nel periodo estivo, tant’è che ad Ascoli la si chiama fagiolina di Sant’Emidio ed è un contorno immancabile da cucinare proprio nelle festività di Sant’Emidio. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: un mazzo di fagiolina dall’occhio, 1 kg di pomodori rossi da sugo, 2 spicchio d’aglio, olio evo q.b., sale, peperoncino fresco (facoltativo) |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Scegliere un bel mazzo di fagiolini dall’occhio freschi e belli verdi, lavarli e togliere le punte. Dividerli in due o tre (se troppo lunghi). Lavare i pomodori, meglio se presi insieme ai fagiolini in piazza dai contadini, belli succosi, da sugo, lavarli, spellarli e tagliarli a pezzettoni. Mettete un giro d’olio nella pentola, aggiungere un po’ di pomodori, uno spicchio d’aglio, uno strato di fagiolini e sale, poi di nuovo olio, pomodori, uno spicchio d’aglio, fagiolini, sale e per finire gli ultimi pezzettoni di pomodori e un altro po’ di olio (peperoncino fresco facoltativo). Chiudere e mettere a fuoco medio/basso lasciando cuocere almeno un’ora girando di tanto in tanto, finché i fagiolini risultano morbidi e l’acqua dei pomodori ritirata (non troppo, manenere un po’ di sughetto). Questa preparazione, se si vuole gustare anche d’inverno quando i fagiolini dall’occhio non si trovano, si presta anche ad essere congelata. |

|  |
| --- |
| **Fava 'ngreccia** |
| **RM21** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Contorno** | **Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | In maggio, nelle campagne marchigiane, era un'esplosione di colori. I contadini, in attesa della maturazione del grano, si occupavano della fienagione, la raccolta del fieno, per assicurare il foraggio agli animali, mentre le donne, le "vergare", erano dedite alla raccolta dei legumi: tra questi le fave! Le fave 'ngreccie è un antico piatto del territorio maceratese, citato in molti testi di letteratura gastronomica marchigiana: un contorno semplice ma di una bontà che.... bè, bisogna assaggiarle. Perché il nome fava "'ngreccia"? la fava fresca, quando si faceva bollire, la pelle si raggrinziva... per questo il termine dialettale 'ngreccia. E non è, per fortuna, traducibile. Piatto quasi scomparso perché, ma nelle famiglie di tradizione contadina, tra maggio e giugno, è facile trovarla. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Fava fresca, olio d'oliva (buono) , aglio fresco, mentuccia (in dieletto "sverdu") |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Prendere un chilo di fave fresche: pulirle dividendo a metà il baccello, aprendolo completamente ed estraendo i semi facendo scorrere il pollice lungo la parte interna del baccello. Una volta pulite le fave farle bollire per alcuni minuti in acqua e sale, controllare che diventino "ngreccie" che la buccia cioè si raggrinzi. Scolaterle e metteterle in una ciotola e, ancora tiepide, condire con olio evo, aglio fresco tagliato finemente e mentuccia sfilacciata. Mescolare e servire. Sarà davvero qualcosa di speciale! |

|  |
| --- |
| **Frecantò** |
| **RM22** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Contorno** | **Ascoli Piceno, San Benedetto del Tronto** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta mi è stata insegnata da mia nonna ed è una delle mie preferite essendo amante delle verdure. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Dosi per 4 persone: 3 patate, 1 carota, 1 peperone rosso, 1 peperone 1 giallo, 3 zucchine, 1 melanzana, mezza cipolla, 15 pomodorini, olio, sale, mezzo spicchio di aglio. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Lavare bene le verdure. Iniziare a pelare le patate e tagliarle a cubetti e fare lo stesso con le verdure tranne i pomodorini. In una padella far rosolare l’aglio e aggiungere tutte le verdure tagliate e mescolare. Dopo 5 minuti coprire e far cuocere per 20 minuti. Mescolare di tanto in tanto. Quando saranno quasi cotte le verdure aggiungere i pomodorini tagliati a pezzettini e ultimare la cottura. Salare a piacere. |

|  |
| --- |
| **Sapa di mosto d'uva cotto** |
| **RM23** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Contorno** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | La sapa è il nettare nascosto della tradizione contadina marchigiana. Conosciuta anche con il nome di "mosto cotto", la sapa è un prodotto tradizionale che affonda le sue radici nell'antichità romana. Questa "riduzione" del mosto d'uva ha attraversato i secoli, rimanendo un simbolo di cultura contadina e tradizioni alimentari della regione Marche. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Mosto d'uva, arancia o cannella. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Il mosto d'uva si ottiene dalla spremitura dell'uva. Filtrarlo per eliminare le impurità. Versare in un pentolone e cuocere a fuoco lento per circa 8-12 ore. Poco prima di terminare la cottura, aggiungere le scorze d'arancia o la cannella per aromatizzare. Una volta raggiunta la densità desiderata, lasciare raffreddare, filtrare e versare in bottiglie o barattoli sterilizzati. Si conserva per mesi e viene utilizzata per dolcificare diversi dolci tradizionali marchigiani, abbinata a dei formaggi stagionati o come condimento per una polenta marchigiana. |

|  |
| --- |
| **Tàlleri col lardo** |
| **RM24** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Contorno** | **San Lorenzo in Campo** |
| **DESCRIZIONE** | Gli abitanti di San Lorenzo in Campo, sono conosciuti tuttora come "cipollari" perchè molti (come i miei nonni nati all'inizio del '900 ) coltivavano cipolle e aglio da vendere, in lunghe trecce, durante le fiere estive nelle città limitrofe; per quanto riguarda l'aglio, il lungo stelo (tallo) da cui si svilupperà il fiore deve essere tolto per favorire l'accrescimento del bulbo. Oggi purtroppo viene buttato via, una volta si utilizzava in cucina. Dai racconti risulta che, in un paese vicino, fino a 50-60 anni fa si svolgeva nel mese di giugno la "fiera del tàllero" in cui tutti si rifornivano e i giovanotti ne compravano un mazzo da regalare alla fidanzata. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Mezzo Kg di Tàlleri (Talli), 50-70 g lardo o goletta a cubetti, sale ,pepe |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Tagliare la base e l'apice dei talleri in modo da lasciare la parte più tenera che si può tagliare a pezzetti di qualche cm; bollire per 10 minuti in acqua salata. Scolare e mettere in una padella dove è stato soffritto il lardo; aggiungere il pepe e saltare per qualche minuto.Servire con fette di pane abbrustolito. |

|  |
| --- |
| **Biscotti al mosto** |
| **RM25** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Fossombrone** |
| **DESCRIZIONE** | I biscotti al mosto sono una ricetta autunnale, tipica delle campagne del pesarese, dal gusto inconfondibile e molto fragranti! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 6/8 persone:600 g farina 0, 250 g mosto, 125 g zucchero, 175 g olio evo, 75 g lievito di birra, 1 uovo, 10 g anice, 75 g uvetta sultanina, acqua q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una ciotola sciogliere il lievito con 75 g di acqua, poi aggiungere tanta farina quanta ne basta per ottenere un "lievitino" non molto consistente che deve essere fatto riposare fino a che raggiunge il doppio del suo volume (30 minuti circa). In un'altra ciotola capiente mettere la restante farina con l'olio, il mosto, l'uovo e lo zucchero. Impastare poi versare l'impasto sull'asse di legno bene infarinata. Incorporare il lievitino, poi l'uvetta e per ultimo l'anice. Lavorare energicamente l'impasto, metterlo in un contenitore, coprirlo con un panno e farlo lievitare fino a che ha raggiunto il doppio del suo volume (2 ore circa). Lavorare di nuovo l'impasto sull'asse di legno, dividerlo in 4 parti e formare dei filoncini che verranno messi sulla placca del forno, rivestita con l'apposita carta, e che dovranno lievitare, a temperatura ambiente, per almeno 1 ora e mezza. Trascorso il tempo indicato cuocere i filoncini di pane al mosto in forno già caldo a 180 gradi per 45 minuti e comunque fino a che non sono cotti e non assumono il bell'aspetto dorato. Una volta cotti togliere i filoncini dal forno, farli raffreddare anche fino al giorno dopo, poi tagliare i filoncini a fette di 1 cm di spessore, e disporle sulla placca del forno rivestita con l'apposita carta e tostarle in forno già caldo a 180° fino a doratura e tostatura completa. A metà cottura girare le fette al mosto così che risultino tostate in modo uniforme. Raffreddare i biscotti al mosto su di una griglia e conservarli in una scatola di latta. |

|  |
| --- |
| **Biscotti al vino** |
| **RM26** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Corridonia, Loro Piceno, Mogliano, Petriolo** |
| **DESCRIZIONE** | Biscotti della tradizione contadina marchigiana che allietavano i fine pasti delle famiglie |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 bicchiere vino bianco, 1 bicchiere zucchero, 1 bicchiere olio di semi, vaniglia e buccia di limone, 1 bustina lievito per dolci, un pizzico di sale, 4 bicchieri farina, mandorle intere |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mescolare olio e vino, unire la buccia del limone ed iniziare ad aggiungere le polveri precedentemente mescolate insieme in una terrina. Quando l'impasto sarà pronto riporlo in frigorifero e farlo riposare per almeno un ora. Passato il tempo previsto, tirare fuori l'impasto dal frigo e fare dei filoncini dello spessore di un grissino non troppo piccolo. Tagliarli a pezzetti di circa 12 centimetri, richiuderli come fosse una ciambellina unendo le due estremità. Passare i biscotti nello zucchero semolato ed infine mettere sul punto di unione una mandorla. Mettere in forno a 160° ventilato per circa 20' e poi controllare. A questo punto i biscotti saranno pronti per essere gustati. |

|  |
| --- |
| **Brustenga** |
| **RM27** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Castelplanio, Montecarotto, Ostra Vetere, Serra de' Conti** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta è una versione rivisitata, più povera, del tipico “bostrengo” o “frustingo” da parte di mia nonna materna. Madre di 9 figli e rimasta vedova molto presto, per lei era un orgoglio servire a tavola durante le festività natalizie questo dolce squisito. Lei lo chiamava “brustenga” o “panettone dei poveri”. Benché realizzato con pochi e semplici ingredienti, non era facile da parte di altri replicarlo perché lo preparava tutto “ad occhio”. Dopo la sua scomparsa le figlie hanno provato a riprodurre il dolce originale, solo poco tempo fa sono riuscite a realizzare qualcosa di molto simile se non proprio uguale. Mia nonna cuoceva questo dolce nel forno a legna ed era tradizione ogni volta che si utilizzava il forno lanciare all’interno prima dell’utilizzo dei chicchi di sale grosso, una volta chiuso si faceva il segno della croce per 3 volte e si diceva “che venga buono!”. Scherzare e ridere di fronte al forno pieno era di buon auspicio soprattutto con il pane in cottura. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 3,5 hg farina di mais, 1 hg farina "0", 1 bicchiere scarso di olio di oliva, 2 hg zucchero, 2 pizzichi di sale, 1,5 l acqua bollente, 2 bicchierini di Rhum, noci a piacere, uvetta (doppia quantità delle noci), 3 bucce di arancia tritate finemente, 3 mele tagliate a fettine |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere a bagno l’uvetta nel rhum per una mezz'ora, nel frattempo sgusciare le noci e tagliare a fettine le mele aggiungendo del succo di limone a piacere per non farle annerire. In una ciotola capiente versare tutti gli ingredienti, solo l’acqua bollente va aggiunta alla fine. Mescolare con una mano cercando di eliminare eventuali grumi, ungere una teglia dai bordi alti e versarci il composto. L'impasto deve rimanere molto liquido (aggiungere altra acqua se necessario), l’olio tenderà a salire in superficie, in forno potrebbe schizzare, per questo la teglia con bordi alti. Cuocere in forno a 200 gradi per 2 ore circa. Sarà pronto quando si sarà completamente asciugato e la crosticina si staccherà dai bordi. |

|  |
| --- |
| **Castagnole dolci o scroccafusi** |
| **RM28** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **San Benedetto del Tronto** |
| **DESCRIZIONE** | Castagnole, dolce tipico di Carnevale diffuso in tutto il Piceno, ma anche nel fermano e maceratese dove prendono altri nomi, come gli “scroccafusi” |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 6 uova, 6 cucchiaini zucchero, 6 cucchiaini anisetta o Varnelli, un pizzico sale, scorza di mezzo limone grattugiata, 400 g farina |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Impastare tutti gli ingredienti e far risposare per un’ora. Riprendere l’impasto e fare palline di circa 5 cm. Lessarle per un paio di minuti poi farle scolare e asciugare in un canovaccio. Tagliare le palline a croce e friggerle in abbondante olio. Spolverare con zucchero a velo o colorare con una spruzzata di alchermes. Friggere finche non diventano dorati, in olio di semi ben caldo, girandoli ogni tanto, o cotti al forno a 160 gradi per circa 15 minuti finché non sono cresciute e asciutte. |

|  |
| --- |
| **Cavallucci marchigiani** |
| **RM29** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Cingoli** |
| **DESCRIZIONE** | Dolce tipico del periodo natalizio. Raccontavano mia madre e mia zia che se ne sfornavano in quantità notevolmente, perché era un dolce che si conservava a lungo. È un dolce ricco di profumi ed ingredienti, ma di semplice preparazione: i Cavallucci. La ricetta è della mia Bisnonna Maria Rubisse di Cingoli |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la pasta: 1,5 kg farina 00, 500 g zucchero, 3 bicchieri vino bianco, un bicchiere e mezzo di olio di semi, cannella in polvere q.b. Per il ripieno: 200 g noci tritate, 100 g mandorle tritate,150 g canditi misti, 300 g zucchero, 100 g cacao amaro, un bicchiere di caffè, un bicchiere di marsala all' uovo, un bicchiere di vino bianco, 2 bicchieri di sapa(mosto cotto), buccia di 1 arancia a pezzetti, una stecca di vaniglia, pane grattugiato q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | La sera prima della preparazione del dolce, mettere in pentola tutti gli ingredienti del ripieno, ad eccezione del pane grattugiato. Far bollire il composto per 10 minuti. Fuori dal fuoco aggiungere il pane grattugiato, gradualmente, fino ad ottenere un composto morbido ma omogeneo. Far riposare il composto per tutta la notte. Il giorno successivo preparare la pasta e far riposare per mezz'ora. Stendere una sfoglia a 3mm circa di spessore e ricavarne dei cerchi di 10/12 cm di diametro. Riempire con la farcia e chiudere a mezzaluna. Con delle forbici fare dei tagli nella parte superiore e cuocere in forno a 170 gradi per 20 minuti. Far raffreddare ed a piacere spennellare con Alchermes e spolverare di zucchero. |

|  |
| --- |
| **Ciambelle lesse di pasqua** |
| **RM30** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Ancona, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Parliamo della tradizionale ricetta delle ciambelle “strozzose” pasquali tipiche della nostra regione. Questa è la versione casalinga della nostra famiglia e che facciamo ancora oggi. La ricetta ci è stata tramandata da mia nonna materna che le chiamava semplicemente CIAMBELLE LESSE. Vanno cotte rigorosamente in forno a legna e differiscono dalle tradizionali perché non si incidono lateralmente, non assumono la classica forma a “canestrello” e non vanno fatte riposare dopo la lessatura. Il risultato è comunque ottimo! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per le ciambelle: 20 uova, 4 tuorli (gli albumi delle 4 uova serviranno per la glassa), 2 pugni zucchero (circa 50g) presi dal chilo che verrà poi tritato a velo e integrato nella glassa, la scorza grattugiata di 2 limoni, 1 pizzico abbondante bicarbonato, 1 pizzico sale, 2 bicchieri mistrà o rhum bianco, 2 gusci di uova quasi interi (metodo di misurazione) pieni di olio di semi, la dose di lievito per 20 uova rigorosamente preparata dal farmacista, 2 kg di farina "0". Per la Glassa o "biacca": 4 albumi separati precedentemente dai tuorli, la restante parte del chilo di zucchero, 2 fiale aroma limone, confettini colorati a piacere. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Prendere le 20 uova e dividere i tuorli dagli albumi. Montare gli albumi a neve. Ai tuorli aggiungere anche i 4 tuorli delle 4 uova in più che preparate in precedenza (gli albumi di queste serviranno successivamente per la glassa o “biacca”) di seguito tutti gli altri ingredienti: zucchero (solo due pugni il resto,tritato a velo, servirà per la glassa), la scorza grattugiata dei limoni, la dose di lievito, il bicarbonato, il pizzico di sale, l’olio d’oliva, il mistrà o rhum e gli albumi precedentemente montati. La farina andrà aggiunta per ultimo, lentamente e sempre mescolando. La parte più difficile e faticosa arriva proprio ora: maneggiare l’impasto, che dovrà risultare abbastanza morbido e non troppo appiccicoso, finché non risulterà bello liscio e levigato. Le vergare di un tempo si alternavano in questo passaggio, chiedendo anche aiuto agli uomini di casa e, per non aggiungere ulteriore farina usavano per muovere l’impasto e fargli incorporare aria, il bastone di legno con cui giravano la polenta nel “callaro”. Non avendo a disposizione impastatrici professionali, mio padre qualche tempo fa si è costruito una sorta di frusta con il trapano per facilitare il lavoro, ma il risultato purtroppo non è proprio uguale a quello dell’impasto maneggiato a mano. Una volta fatto, versare il tutto su una spianatoia e cominciare a “pizzicare” dei pezzi di impasto di circa 200 g per formare la prima ciambella. Tuffarla in un pentolone pieno di abbondante acqua bollente, aspettare che risalga in superficie (di solito la ciambella fa una capovolta!) attendere ancora 1 o 2 min e con una schiumarola scolarla e adagiarla su una tovaglia stesa. Ripetere questo procedimento per tutte le 20/21 ciambelle. Nel frattempo scaldare il forno a legna a 350°. Una volta lessate tutte infornare per venti minuti senza mai aprire il forno. Lanciare dei chicchi di sale grosso nel forno prima di infornare, farsi il segno della croce una volta chiuso e ridere e scherzare durante la cottura erano ingredienti indispensabili per la buona riuscita! Durante la cottura preparare la glassa o “biacca” o “ fiocca” che verrà spennellata sopra le ciambelle una volta tiepide ma non fredde; montare a neve i 4 albumi rimasti, aggiungere la fialetta aroma limone e lo zucchero rimasto tritato a velo. Cospargere le ciambelle di confettini colorati prima che la glassa si asciughi e lasciare all’aria cercando di non sovrapporle una all’altra. |

|  |
| --- |
| **Ciambellotto contadino** |
| **RM31** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Monteprandone** |
| **DESCRIZIONE** | Ciambellone contadino fatto da mia nonna con ingredienti semplici e misurato con i bicchieri di vetro della nutella. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 4 uova, 2 bicchieri scarsi zucchero, mezzo bicchiere olio, buccia grattugiata limone, 1 bicchiere scarso latte, 3 bicchieri e 1/2 farina, 1 bustina di lievito, un pizzico di sale, una manciata di zuccherini colorati. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere il latte, l'olio, la farina, la buccia di limone, un pizzico di sale e infine il lievito. Imburrare e infarinare uno stampo a ciambella, versare il composto e cospargere la superficie con gli zuccherini. Cuocere in forno statico a 180° per 40 minuti circa e servire freddo. Volendo si può aggiungere all'impasto un goccio di anisetta. |

|  |
| --- |
| **Cicerchiata** |
| **RM32** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Ancona, Ascoli Piceno, Fermo, Macerata, Pesaro** |
| **DESCRIZIONE** | Un dolce tipico della tradizione marchigiana e non solo. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 2 uova, 2 cucchiai zucchero, 2 cucchiai anice, 2 cucchiai olio di semi, scorza di arancia e di limone grattugiata, 280 g farina, olio per friggere.Per amalgamare: 50 g zucchero, 200 g miele, zuccherini colorati |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere le scorze grattugiate, l'olio, l'anice e infine la farina. Impastare fino ad ottenere un impasto morbido, ma non appiccicoso. Dividere l'impasto e stendere con il mattarello fino ad ottenere uno spessore di circa 1/2 cm. Tagliare delle striscioline, arrotolarle e tagliare dei pezzetti piccoli. Friggere un po' alla volta in olio bollente. Fare sciogliere lo zucchero con il miele. Togliere dal fuoco e immergervi le palline fritte. Posizionare in uno stampo o in un piatto, decorare con gli zuccherini colorati e lasciare raffreddare. |

|  |
| --- |
| **Crasciole di polenta** |
| **RM33** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | Piatto povero della tradizione contadina, veniva fatto con la polenta di granoturco che avanzava, i bambini ci speravano sempre che la nonna ne facesse di più, così erano certi che il giorno dopo avrebbero mangiato questo dolce. Oggi a volte viene fatto sostituendo il sale allo zucchero per essere gustate con i salumi. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 300 g polenta avanzata, 150 farina tipo 0, olio di semi per friggere, zucchero da mettere sopra |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Prendere la polenta pulita dal sugo di condimento, metterla sminuzzata sulla spianatoia con la farina, impastare il tutto fino ad ottenere un composto compatto. Dividere poi il composto in palline che spianerete con il mattarello fino e 3mm circa. Prendere una frittella alla volta e friggerla qualche minuto per lato in olio bollente. Una volta dorate scolarle su carta assorbente e cospargerle di zucchero da ambo le parti. Veramente gustose!!!! |

|  |
| --- |
| **Cresciole dolci di polenta all’anice** |
| **RM34** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Cingoli** |
| **DESCRIZIONE** | Le cresciole di polenta all’anice, nella versione tradizionale che prepara sempre mia Nonna detta Mariola, sono una ricetta tipica marchigiana legata alla cucina contadina e al recupero degli avanzi. Originariamente, venivano preparate per non sprecare la polenta avanzata, arricchendola con semi di anice per donarle un profumo unico. L’impasto, una volta raffreddato e lavorato, veniva fritto, trasformandosi in una golosa specialità dal sapore rustico e autentico. Origine e Accenni Storici: le cresciole di polenta affondano le radici nella tradizione agricola delle Marche, dove la polenta era un alimento quotidiano, spesso più abbondante del necessario. Nella cultura contadina, nulla andava sprecato, così nacquero piatti di recupero come queste cresciole. L’uso dell’anice, molto diffuso nelle Marche, richiama l’antica presenza di questa spezia nella regione, utilizzata sia in dolci che in liquori tradizionali come il Mistrà. Questa ricetta, tramandata di generazione in generazione, è un piccolo simbolo della saggezza gastronomica popolare, capace di trasformare ingredienti semplici in un piacere genuino e irresistibile. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 250 g polenta del giorno prima, 150 g farina 00, 1 uovo, semi di anice stellato di castignano o liquore all'anice q.b, zucchero semolato q.b, olio di arachide q.b |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Sbriciolare in una terrina, con le mani, la polenta a temperatura ambiente. Unire la farina e l’uovo e cominciare a impastare, quindi aggiungere anche i semi di anice o qualche cucchiaio di liquore all’anice, continuare a lavorare il composto finché non sarà omogeneo. Raccoglierlo in un panetto. Infarinare il piano di lavoro, dividere il panetto in parti uguali e modellarlo in 4-6 palline. Stendere ciascuna pallina con il matterello, ricavando sfoglie sottili e uniformi, di circa 20 cm di diametro (cresciole). Friggere le cresciole in abbondante olio, precedentemente scaldato a una temperatura di 170 °C; tenendo la fiamma non troppo alta, così le cresciole non si scuriranno. Scolarle su carta assorbente, cospargerle da entrambi i lati di zucchero, quando sono ancora ben calde e portare in tavola. |

|  |
| --- |
| **Crostata di noci** |
| **RM35** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Fabriano** |
| **DESCRIZIONE** | Ogni estate, soprattutto per Ferragosto tutti aspettavano la crostata con le noci di mia nonna Pierina, si fa soprattutto nella piccola frazione di Albacina, una chicca che pochi ancora fanno, per occasioni speciali. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la pasta frolla: 600 g farina circa, 2 uova intere e 2 tuorli, 200 g zucchero, 100 g burro morbido, mezza bustina lievito per dolci, una bustina di vanillina, buccia grattugiata di un limone Per il ripieno: 2 albumi delle uova precedenti, 250 g noci tritate, 200 g zucchero |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per la frolla mescolare in planetaria o a mano tutti gli ingredienti. Per il ripieno montare gli albumi a neve, aggiungere lo zucchero e continuare a montare come per creare una meringa, aggiungere le noci e mescolare con un cucchiaio. Stendere la pasta frolla in una teglia rotonda da 30 cm se vi piace piú bassa oppure da 24 cm per una crostata piú alta, riempire con la farcia e formare le classiche striscioline decorative a incrocio.Cuocere in forno ventilato a 170 gradi per 35 mimuti |

|  |
| --- |
| **Frappe marchigiane** |
| **RM36** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Tolentino** |
| **DESCRIZIONE** | Queste frappe sono la ricetta della mia mamma, che ogni Carnevale ci deliziava con questo dolce semplice ma irresistibile. Il profumo che usciva dalla cucina quando friggeva le frappe era il segnale che la festa era davvero iniziata. Croccanti, leggere e spolverate di zucchero a velo, per noi bambini erano il simbolo della spensieratezza di quei giorni. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 500 g farina 00, 4 uova medie, 4 cucchiai olio di oliva, 2 cucchiai zucchero semolato, un pizzico di sale, 4 cucchiai di Varnelli, 3 bustine vanillina, q.b. Alchermes, q.b miele di acacia, 1 limone grattugiato, zucchero a velo qb |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Sulla tavola di legno mettere la farina e fate la fontana. Unire le uova con lo zucchero, l'olio, il Varnelli, la vanillina e il limone grattugiato e impastare bene tutto fino ad ottenere un bel panetto omogeneo e liscio. Stendere la sfoglia sottilissima, meglio se con la stogliatrice all'ultimo numero, altrimenti con il mattarello ma deve essere molto sottile. Tagliare tanti rettangoli non troppo grandi. Friggere in olio di semi di arachide caldissimo girandole fino a che saranno dorate e poi guarnite con zucchero a velo o alchermes e miele a piacere. |

|  |
| --- |
| **Frittellone** |
| **RM37** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Arcevia** |
| **DESCRIZIONE** | FRITTELLONE di Maria Moscatelli (Olivari) mamma mia |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 8 persone: 300 g farina di polenta, 200 g farina 00, 4 mele cotogne, 3 /4 mele renette, 3/4 pere, 250 g uva passa rinvenuta, gherigli di noce a piacere, fichi secchi 4 (a piacere), 300 g zucchero, 3 cucchiai miele, grattatura limone e arancio o a pezzetti senza bianco (a proprio gusto), 1/2 bicchiere olio extravergine, acqua calda (1 litro e 3/4) |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Versare l'acqua calda (non bollente) sulla farina aggiungere tutti gli ingredienti a pezzetti.Versare il composto con il mestolo sulle teglie foderate con carta forno. Cuocere in forno preriscaldato a 140° e poi quando si è rassodato alzare a 160°. Cuocere per almeno 1 ora e mezza o 2 (deve essere di colore marrone) |

|  |
| --- |
| **Frustingo** |
| **RM38** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Sant'Elpidio a Mare** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta è di un dolce tipico natalizio di origine contadina. Gli ingredienti principali infatti erano fichi secchi, noci, pane raffermo mosto cotto (Saba) e uva secca. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 Frustinghi:1,5 Kg noci, 800 g mandorle, 1 scaola cacao, 4 scacchi cioccolato fondente, 800 g canditi misti, 200 g uvetta sultanina, 1 l mosto cotto (Saba), 1 kg pane raffermo, 1 kg fichi neri secchi, 1 bicchiere olio dí oliva, 8 tazzine e 2cucchiai in polvere caffè, Mistrà e Rhum a piacere, 200 g circa farina per impastare |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere a bollire un litro e mezzo di acqua salata per poi metterci a cuocere (circa dieci minuti) i fichi secchi. In un grande recipiente mettere il pane raffermo precedentemente affettato in maniera sottile e bagnarlo con l acqua bollente dei fichi (usando un passino per filtrare i semi). Aggiungere anche qualche fico, poi noci mandorle, canditi cioccolata fondente (precedentemente tagliati a pezzettini) e a seguire tutti gli altri ingredienti (meno la farina). Mescolare il tutto e lasciare riposare una notte a temperatura ambiente per poi Il giorno dopo assaggiare l‘impasto a crudo per valutarne il sapore (in base ai propri gusti). Infine aggiungere la farina per addensare e mettere l'impasto dentro ad uno stampo da 28 cm ben unto. Decorare la superficie a vostro piacimento con noci, mandorle, ciliegie candite e mettere sopra un po’ di olio di oliva. Infornare a 180 gradi per 90 minuti. Lasciare raffreddare e servire. |

|  |
| --- |
| **Lattarolo** |
| **RM39** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Fabriano** |
| **DESCRIZIONE** | Latte caldo e miele sono i due ingredienti da sempre considerati un balsamo per i malanni stagionali. Latte e miele li ritroviamo nel Lattacciolu, lattarolo, lattaruolo... il "budino dimenticato". Un dolce a base di latte, preparato in varie occasioni: nel maceratese, nell'antica abbazia di Pioraco per San Biagio il lattarolo veniva offerto ai pellegrini; in occasione di alcune festività religiose: l'Ascensione, la Pentecoste o il Corpus Domini che si svolgono durante il il mese di maggio, quando le pecore lasciavano le stalle e tornavano a pascolare nei campi ricchi di nuovi germogli ed erbette fresche, il latte era al top, il momento ideale per fare il formaggio; per festeggiare un matrimonio, scrive Oreste Marcoaldi illustre personaggio fabrianese "Lattaruolo. E' un piatto dolce che si dona al padrone dai propri contadini in occasione di loro matrimonio, anzi dopo 8 giorni dalle nozze". La ricetta originale prevede la realizzazione di un guscio di pasta matta nel quale viene versato il composto di uova miele e aromi e poi cotto. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 l di latte intero fresco, 150 miele millefiori, 2 uova intere, 4 tuorli, 1 bacca di vaniglia, 1 stecca di cannella, scorza di limone biologico Pasta matta: 250 g farina, 15 cl acqua, 1 cucchiaio olio d'oliva, pizzico di sale |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Metterre il latte con la stecca di cannella in una pentola e bollire a fuoco basso, finchè si riduce a circa la metà, ci vorrà un'ora. Poco prima di toglierlo dal fuoco unire 100 g di miele, la vaniglia e la buccia di limone, mescoliamo bene e lasciamo freddare. In una ciotola montare le uova, 2 intere e 4 tuorli con i restanti 50 g di miele, aggiungere poi il latte ormai freddo e filtrato. Come la ricetta originale vuole: rivestite una teglia dai bordi alti con carta forno, posizionate uno strato sottile di pasta matta (preparata mescolando tutti gli ingredienti e lavorando finché il composto non risulti omogeneo; coprire con un panno umido e lasciar riposare al fresco per 1 ora circa), bucherellare il fondo con una forchetta, riempirla con dei legumi secchi a circa 190° sino a cottura. (Metodo detto "cottura in bianco" cioè del guscio senza ripieno). Versatevi poi il composto e cuocere in forno preriscaldato a circa 200°-225° per circa 1 ora, ma fate sempre la prova "stecchino". |

|  |
| --- |
| **Lonzetta di fico** |
| **RM40** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Marche** |
| **DESCRIZIONE** | La Lonzetta di Fico è un dolce contadino che racconta la storia delle Marche. Nelle dolci colline marchigiane, tra i filari di viti e oliveti, un'antica tradizione si tramanda da generazioni: la preparazione della lonzetta di fico! Questo dolce contadino, simbolo di un'economia rurale basata sull'autosufficienza, nasce dall'ingegno delle famiglie contadine marchigiane che da secoli trovano modi creativi per conservare i frutti della terra durante l'inverno. La ricetta della Lonzetta di fico, a mio parere, è un piccolo gioiello gastronomico che ci riporta indietro nel tempo, quando tutto si faceva con cura e amore per la propria terra. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Fichi secchi, mandorle pelate tostate, nocciole tostate, noci, mistrà, sapa, liquore al rum, semi di anice. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In un mixer unire tutti gli ingredienti fino ad ottenere una crema omogenea. Utilizzare un foglio di carta da forno e adagiarci il composto ottenuto. Dare la classica forma della lonzetta aiutandosi con la carta da forno e arrotolare bene. Porre in frigo per circa 3 ore. Una volta freddo tagliare a fette e gustare con un buon vino e visciole (le ciliegie marchigiane). |

|  |
| --- |
| **Maccheroni dolci** |
| **RM41** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Ussita** |
| **DESCRIZIONE** | Questa preparazione è tipica dell’alto maceratese e nelle zone di confine con l’Umbria, si tratta di un “dolce” povero consumato nei periodi di magro, come per la Vigilia di Tutti i Santi o per la Vigilia di Natale, in effetti è un piatto molto semplice nei suoi ingredienti e rivela al tempo stesso i canoni di una cucina rinascimentale quando lo zucchero era considerato una “spezia” dai poteri curativi. Inizialmente era utilizzato il miele, ci sono poi le noci, la cannella e un pizzico di cacao in polvere, questo condimento viene servito con una pasta fatta di sola farina e acqua. Quando poi i tempi divennero migliori il miele venne sostituito dallo zucchero e la pasta acquistata, ad esempio a casa mia nonna Peppa utilizzava il formato “regginelle” solo per la preparazione di questo piatto, una sorta di tagliatella larga con i margini ondulati che ancora si trova in commercio. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: Per i maccheroni: farina, acqua. (oppure pasta secca tipo “regginelle") Per il condimento: 200 g di noci, 50 g zucchero, cacao in polvere, cannella macinata, incotto (vinocotto), alchermes facoltativo |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Il condimento va preparato in anticipo possibilmente. Mescolare le noci tritate grossolanamente con lo zucchero, un pizzico di cannella, un po’ di cacao, per le quantità a vostro gusto. Per la pasta mescolare la farina con l’acqua, formare l’impasto e lasciarlo riposare 30 minuti avvolto nella pellicola. Stendere e tagliare nel formato preferito, nel mio caso tagliatelle. Cuocere la pasta al dente, condirla e lasciarla raffreddare; questo piatto va mangiato freddo. Al momento di servire condire con alcuni cucchiai di vino cotto.20 min |

|  |
| --- |
| **Panetto di Fichi alla Rita** |
| **RM42** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Monsampolo del Tronto** |
| **DESCRIZIONE** | Il panetto di fichi nasce come prodotto tipico della tradizione contadina marchigiana, in particolare nella zona di Monsampolo del Tronto, dove i fichi, abbondanti e zuccherini, sono da sempre una risorsa importante. Questo dolce ha origini antiche, strettamente legate alla necessità di conservare i fichi raccolti in estate per i mesi invernali, quando le scorte di cibo fresco erano scarse. Dopo la raccolta estiva, i fichi venivano essiccati al sole per diversi giorni, un procedimento che permetteva di concentrare gli zuccheri naturali e preservare il frutto. Una volta essiccati, i fichi venivano macinati e amalgamati con altri ingredienti locali disponibili nelle case contadine, come noci e mandorle, facilmente reperibili nei terreni agricoli. Semi di anice, spezia comune che conferiva un aroma unico. Foglie di alloro, utilizzate per avvolgere i panetti e proteggerli dall’umidità. Il panetto non richiedeva cottura né conservanti, rendendolo ideale per la dispensa contadina. Veniva lasciato essiccare ulteriormente e poi consumato nei mesi successivi, spesso accompagnato da vino cotto o vin santo, a simboleggiare un momento di convivialità. Oggi il panetto di fichi è diventato un simbolo della tradizione gastronomica marchigiana, riscoperto e valorizzato grazie al crescente interesse per i prodotti tipici e artigianali. Sebbene molti processi siano stati modernizzati, la ricetta base è rimasta invariata, mantenendo il sapore autentico e genuino di un tempo. Il panetto è ora protagonista di sagre e fiere locali, diventando un emblema dell’identità culinaria del territorio. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per circa 6 panetti:1 Kg fichi secchi, 100 g mandorle tostate, 100 g noci sgusciate, 1 cucchiaio semi di anice, buccia d’arancia grattugiata, foglie di alloro q.b. per avvolgere i panetti |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparazione dei fichi: lavare i fichi secchi per eliminare eventuali impurità. Tritarli finemente con un tritacarne o un robot da cucina fino a ottenere un composto omogeneo. In una ciotola capiente, unire ai fichi tritati le mandorle e le noci spezzettate grossolanamente. Aggiungere i semi di anice e, se gradito, la buccia grattugiata dell’arancia per un tocco di freschezza. Amalgamare bene il tutto con le mani, compattando l’impasto. Formare dei panetti prelevando una porzione di impasto e modellare con le mani fino a ottenere un panetto rettangolare o ovale, delle dimensioni desiderate. Ripetere l’operazione per tutto l’impasto. Avvolgere ogni panetto con foglie di alloro fresche, fissandole con spago da cucina. Questo passaggio non solo protegge il dolce ma conferisce un aroma caratteristico durante la conservazione. Disporre i panetti su un graticcio o una teglia rivestita di carta forno. Lasciarli essiccare in un luogo fresco e asciutto per almeno una settimana, girandoli di tanto in tanto per garantire un’asciugatura uniforme. I panetti di fichi si conservano a lungo, anche per mesi, se riposti in un luogo fresco e asciutto. Le foglie di alloro contribuiscono a preservarne la freschezza e il profumo. |

|  |
| --- |
| **Pangiallo** |
| **RM43** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Arquata del Tronto** |
| **DESCRIZIONE** | Un dolce tipico di Natale dei nostri luoghi del cuore, Capodacqua di Arquata del Tronto, realizzato con pochi ingredienti (mandorle,nocciole uva passa) raccolti e conservati nelle cantine dei nostri paesi! Ma molto ricco in sostanza! Mio nonno, quando ero piccola, raccontava che da bambino una fetta doveva bastare per colazione e pranzo. Ricordo ancora che rubavo gli acini dell’uva che mia madre appendeva ‘nella grotta scura’ adiacente alla cantina! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 kg mandorle, 1 kg nocciole, 300 g zucchero, 500 g uvetta, 3 arance, 300 ml acqua, 1 bicchierino rum, 200 g farina, 25 g lievito di birra |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparare 2 giorni prima le arance candite. Sbucciarle senza il bianco del frutto, perché amaro, mettere le bucce in acqua e farle bollire e buttare il liquido, ripetere l’operazione per altre due volte. Pesare la buccia ed unire la stessa quantità di acqua e zucchero,mettere sul fornello e far ritirare rimestando spesso! In un contenitore mettere dell’acqua con il rum e l’uvetta, per almeno mezz’ora. Unire mandorle e nocciole in un contenitore con lo zucchero, tagliare a dadini le arance ed unirle alla frutta secca insieme all’uvetta strizzata, nel liquido delle arance sciogliere il lievito ed unirlo al composto insieme anche alla farina per ‘legare’ gli ingredienti.. Far riposare una notte! Ungere dei contenitori non molto grandi (in alternativa di puo usare anche carta forno) ed infornare per il tempo d in cottura indicato.Forno statico 170 gradi per 40 minuti |

|  |
| --- |
| **Pizza con fighi (Pizza ficata)** |
| **RM44** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Moresco** |
| **DESCRIZIONE** | La pizza con i fighi (pizza ficata) è un dolce tipico di Moresco, uno dei borghi più belli d'Italia, in provincia di Fermo. Si preparava durante il periodo di Natale e veniva servito a fine pasto pasto o accompagnava le sere in cui nelle case contadine si stava tutti insieme e si giocava a tombola. E' un dolce semplice a base di fighi secchi, noci, mandorle e spezie. La sua caratteristica è che poteva conservarsi per molti giorni. Oggi nei piccoli forni artigianali a conduzione familiare di Moresco e Monterubbiano è ancora possibile trovare, non solo nel periodo natalizio, questo dolce la cui storia si perde nella notte dei tempi. Fighi secchi, noci, mandorle e spezie erano infatti largamente usati nel medioevo per confezionare dolcetti da offrire a fine pasto. L'utilizzo di prodotti che si potevano conservare - e l'assenza di prodotti freschi - lo rendevano particolarmente apprezzato dalla cucina rurale. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Farina di grano, lievito di birra, mosto cotto (nel fermano è chiamato "sapa") olio, fighi secchi, noci, mandorle, noce moscata, cannella, sale e zucchero. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Impastare la farina di grano con olio, zucchero, mosto cotto e lievito di birra. Tagliare a pezzettini i fighi secchi, le mandorle, le noci, aggiungere noce moscata e cannella, un po' di sale per insaporire e si incorpora il tutto all'impasto. Lasciar riposare il tempo necessario affinché lieviti. Una volta lievitato mettere in una teglia rotonda precedentemente unta, schiacciare (spessore deve essere di tre dita) fare un buco in mezzo e mettere in forno per una mezzora. |

|  |
| --- |
| **Pizza di Natale** |
| **RM45** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Tolentino** |
| **DESCRIZIONE** | Ricetta di mia suocera Ersilia che io ho provveduto a farmi lasciare come eredità culturale e di famiglia. Ricetta antichissima. E' un dolce natalizio che ha mille declinazioni nel territorio circostante, ma quella che ho mangiato per 25 anni da mia suocera è in assoluto la più buona. Ho anche realizzato un libro di ricette e questa l'ho finalmente potuta scrivere e quindi in un certo senso salvare. Il mio libro si intitola "Il Sapore della Condivisione" edito da Albatros il Filo. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Ingredienti: 3 kg noci (pulite risulteranno circa 1,3 kg), 200 g mandorle pelate, 200 g fichi secchi, 150 g pinoli, 250 g uvetta, 1 noce moscata intera grattugiata, 2 bicchieri zucchero, 1 scatoletta cacao amaro, un pizzico pepe, un bel pizzico sale fino, 1 bustina di saporita (mix di spezie), bucce d’arancia e di limone, 400 ml olio extravergine di oliva, 100 g lievito di birra fresco, 3 panetti lievito di birra da 25 g, 3 kg di farina 00 |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | La sera prima preparare tutto il condimento e lasciar insaporire bene. Preparare il lievitino con 25 gr di lievito di birra. Il giorno della preparazione prendere un recipiente grandissimo, mettere la farina e l'acqua insieme al restante lievito. L'acqua servirà quella necessaria per impastare il tutto. Unire tutto il condimento (composto da tutti gli altri ingredienti che hanno riposato per un giorno insieme) e impastare tutto bene. Lasciar lievitare per 2 ore e poi impastare di nuovo e mettere sui sodi (ne saranno necessari 10/12 tipo da panettone). Far lievitare un'altra ora e poi si passa alla cottura in forno ventilato a 220° per i primi 10 minuti poi abbassare a 180° per 40 minuti. Una volta cotti lasciare dentro il forno, con lo sportello aperto per 5/6 minuti ad asciugare. La spiegazione più dettagliata si trova sul mio libro. Se sarete interessati a questo "tesoro" di ricetta ve ne parlerò più approfonditamente |

|  |
| --- |
| **Scroccafusi** |
| **RM46** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Colmurano, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Gli scroccafusi sono dolci tipici del periodo di carnevale nel maceratese. Sono fatti soltanto con quattro semplici ingredienti, ma il risultato è spettacolare. Le origini risalgono all'antica Roma dove la farina veniva cotta in acqua calda, poi il composto, una volta solidificato, veniva tagliato, fritto e cosparso di miele. Già nel nome possiamo dedurre che è un dolce croccante, che scrocchia nel morderlo. La tradizione (superstizione) vuole che si facciano in completa solitudine, non deve entrare nessuno in cucina altrimenti la ricetta non riesce. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per l'impasto: uova, liquore mistrà, zucchero, farina. Per ogni uovo 1 cucchiaio di mistrà, 1 cucchiaino di zucchero, 100 grammi di farina "00"Per la frittura: olio di semi di girasolePer il condimento: miele e alchermes |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Battere tantissimo uova e zucchero insieme aiutandosi con uno sbattitore elettrico fino a fare gonfiare il tutto, aggiungere la farina e sopra la farina il mistrà facendo attenzione che non tocchi le uova che al contatto possono cuocere. Continuare a mescolare, l'impasto deve essere morbido ma non appiccicoso. Fare dei rotolini di circa 5 cm e tagliare formando delle palline che andranno lessate in una capiente pentola con acqua bollente. Staccare dal fondo se si dovessero appiccicare. Abbassare il bollore, tenere sopra la pentola il coperchio leggermente scostato e attendere che vengano a galla. Scolarle e stenderle su un canovaccio e tenerle coperte fino a che non si asciugano e si raffreddano. Mettere sul fuoco (il fuoco deve essere basso) una pentola alta e stretta con abbondante olio di semi di girasole. Quando l'olio comincia a scaldarsi, friggere le palline alle quali sono stati fatti dei tagli a croce. La cottura è molto, molto lenta, ma per il risultato che si ottiene ne vale la pena. Adagiare gli scroccafusi fritti su carta paglia. Nel frattempo far sciogliere un po' di miele al quale poi si aggiunge l'alchermes. Tuffare gli scroccafusi in questa miscela e, con l'acquolina in bocca, auguro buon appetito e buon carnevale!Doppia cottura: Lessare in acqua bollente e friggere in olio di semi di girasole |

|  |
| --- |
| **Torta di Carnevale di Jesi** |
| **RM47** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Dolce** | **Jesi** |
| **DESCRIZIONE** | Si tratta di una ricetta che nasce a Jesi alla fine dell’800, nelle famiglie nobili della città. La ricetta antica narra che nei mesi di gennaio e febbraio durante la pista di maiale, le ossa dell’animale venivano messe da parte ed utilizzate per fare un brodo che serviva per ammollare il pane impiegato per la preparazione del dolce, al quale si aggiungevano altri ingredienti, tra cui il miele che conferiva al dolce un colore scuro durante la cottura |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 2 l latte, 1 kg pane raffermo, 6 uova, 2 etti mistrá, 1 kg miele, buccia di due arance grattugiata, 4 cucchiaini cannella, poco sale, 1 cucchiaino zucchero |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una capiente ciotola mettere in ammollo il pane spezzettato con il latte caldo e tutti gli altri ingredienti, tranne le uova e l’arancia. Trascorse 12 ore, passare il tutto nel passaverdure con il foro grande. Impastare aggiungendo uova e buccia arancia grattugiata. Trasferire il composto nelle tortiere e cuocere per circa 1 ora alla temperatura di 180°. Vale sempre la prova stecchino per verificare la cottura. Il dolce risulta molto morbido e di gusto davvero piacevole |

|  |
| --- |
| **Budelletti di montemonaco** |
| **RM48** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Comune di Montemonaco (AP)** |
| **DESCRIZIONE** | I Budelletti di Montemonaco rappresentano, nella tecnica tradizionale di preparazione, una pasta semplice al sugo di maiale; piatto saporito e succulento della tradizione rurale, per la presenza del guanciale tagliato, del pecorino e del prezzemolo fresco. E' un tipico piatto unico del modello alimentare mediterraneo. Una pietanza che racchiude alcune delle eccellenze gastronomiche del territorio di Montemonaco e fonda la sua bontà sulla semplicità, sulla genuinità e sulle qualità organolettiche degli ingredienti, provenienti dalle aziende agricole e dai pascoli dell'areale pedemontano, all'interno del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Un piatto semplice, di facile preparazione, ma molto gustoso grazie all'abbinamento di alcuni ingredienti tipici dell'antica cucina rurale di montagna. La storia dei budelletti inizia già in epoca tardo medievale (XIII-XIV secolo). In particolare il guanciale stagionato, la farina e il pecorino, utilizzati nelle cucine contadine, rappresentavano ingredienti di facile reperibilità e venivano conservati dai pastori locali e utilizzati nel periodo di transumanza. Come la maggior parte dei piatti tipici del Comune di Montemonaco, a base di insaccati, formaggi, legumi, essi sono legati alle tradizioni pastorali e ai sapori forti e genuini della cucina tipica dei Monti Sibillini. L'apposita Commissione, nominata dal Comune di Montemonaco, ha approvato il disciplinare per la produzione dei Budelletti di Montemonaco e l'iscrizione degli stessi nell'apposito registro dei prodotti De.Co. (prodotti di Denominazione Comunale - Marchio De.Co.). |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la pasta: farina di grano, lievito di birra, acqua tiepida (dalle Sorgenti del Parco Nazionale dei Monti Sibillini), sale (\*Ricetta storica: farina macinata a pietra e lievito madre). Per il condimento: guanciale tagliato a dadini, pepe nero macinato all'istante, formaggio pecorino grattugiato, prezzemolo tritato.Per sei persone: 600 g farina, 25 g lievito di birra, 250 g guanciale; per tutti gli altri ingredienti Q.B.. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparazione della pasta: Impastare la farina con il lievito (precedentemente sciolto), aggiungendo un pizzico di sale e la necessaria acqua tiepida; dopo aver ottenuto un impasto uniforme, formare una pagnottella, coprire con una ciotola e lasciar lievitare. Dopo la lievitazione dell impasto, assottigliare la pasta con un mattarello, fino ad uno spessore di 3-4 mm. Tagliare la sfoglia ottenuta a strisce larghe circa 10 cm; tagliare quest ultime nell altro verso formando delle striscioline sottili (budelletti). Infarinare bene le striscioline e lasciarle asciugare. Condimento: tagliare il guanciale a dadini; in una padella rosolare la dadolata di guanciale. Cuocere la pasta in un buon brodo (secondo tradizione, si usa la cottura in acqua solo nei giorni di vigilia ). Scolare la pasta e condire con la dadolata di guanciale, aggiungere un pizzico di pepe nero, un pizzico di formaggio pecorino grattugiato ed un pizzico di prezzemolo. Cottura della pasta: secondo tradizione, nei giorni festivi la cottura della pasta si fa con il brodo buono, nei giorni di vigilia solo con acqua. |

|  |
| --- |
| **Cappelletti in brodo alla marchigiana** |
| **RM49** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | Che meraviglia i cappelletti marchigiani fatti a mano, e, in particolare, quelli del Fermano, quella lingua di terra incastrata tra le province di Ascoli Piceno e Macerata che dal mare Adriatico volge verso Sibillini, i monti azzurri cantanti da Giacomo Leopardi, passando per borghi, città d'arte, campagne che sembrano lini colorati a sventolare e dolci colline che cambiano luce ad ogni ora del giorno. Che meraviglia i nostri cappelletti fatti a mano, nessuno si permetta di chiamarli tortellini e nessuno, soprattutto, si permetta di chiedere "qual è la vera ricetta". Non c'è una vera ricetta! C'è n'é una per ogni famiglia: in ogni casa, soprattutto in campagna, si facevano in modi diversi. C'era una grande sapienza, una grande conoscenza, e rispetto, della materia prima, una grande manualità e poi l'ingrediente più importante: il tempo. Queste pepite d'oro che nelle domeniche o nei giorni di festa galleggiavano nel brodo non rappresentavano soltanto uno dei piatti più buoni della nostra tradizione e del nostro territorio, ma è, era anzi, prima di tutto, un prodotto culturale, perché avevano un fortissimo significato simbolico, identitario e relazionale che andava oltre il mero valore nutritivo e la necessità di alimentarsi. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Sfoglie: farina 00, semola uova per sfoglia. Un uovo ogni 100 gr di farina.Ripieno: carne mista, noce moscata, parmigiano, uova, scorsa limone grattugiata, burro |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Come scrivo nella descrizione non c'è una VERA ricetta. Riporto quella che faceva mia madre. Ripieno: rosolare nel burro carne mista a pezzi (no macinata): manzo, maiale, pollo con sedano carota e cipolla. Salare e pepare. Una volta cotti e lasciati raffreddare tritarli con tritacarne.... si può aggiungere mortadella sempre macinata. Condire con uova, parmigiano, noce moscata e limone grattugiato Solo la parte gialla. Impastare. Tirare la sfoglia sottile e fare dei cerchietti (mamma li faceva con un bicchierino per amaro) mettere una pallina di impasto e chiudere.Per il brodo: sedano carota cipolla interi, scorsa di limone.. mettere tutto in acqua fredda insieme a un cappone tagliato in 4 pezzi. Fare cuocere a fuoco lento per 3 ore. |

|  |
| --- |
| **Ceci in brodo** |
| **RM50** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Ascoli Piceno, San Benedetto del Tronto** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta mi è stata tramanadata da mia nonna Antonietta |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 250 gr ceci, 1 carota, 1 cipolla, 2 foglie di salvia, brodo vegetale q.b., 4 cucchiai di olio, 1 spolverata di pepe, sale fino q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Portare ad ebollizione il brodo, versare i ceci facendoli cuocere per 30/40 minuti. Servire a tavola aggiungendo rosmarino, la salvia e 2 crostini di pane. Il segreto è aggiungere un filo d’olio a crudo. |

|  |
| --- |
| **Farro con cavoli e guanciale di maiale** |
| **RM51** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta tipica del periodo invernale era abbastanza frequente nelle tovole contadine come piatto unico per pranzo, al quale nella migliore delle ipotesi poteva seguire qualche noce, oppure qualche mela rosa di seconda scelta, in quanto le più belle erano tassativamente di spettanza del padrone. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 400 g farro, 200 g cavolo verde, 100 g guanciale di maiale, 30 g pecorino grattugiato, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una pentola capiente brasare a fuoco moderato e a recipiente coperto il guanciale tagliato a dadolini e il cavolo alla julienne. Intanto, a parte, in un'altra pentola lessare fino a metà cottura il farro poi scolere ed unire al guanciale e al cavolo. Mantecare aggiungendo poco alla volta dell'acqua bollente regolarmente salata e porteremo a cottura aggiungendo per ultimo il pecorino grattugiato. Servire il tutto ben caldo. |

|  |
| --- |
| **Pancotto (Fette Molle)** |
| **RM52** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Castelplanio, Rosora** |
| **DESCRIZIONE** | Questa ricetta era della mamma di mio suocero. Al di fuori della sua famiglia non ho mai visto o assaggiato qualcosa di simile. Si tratta in realtà di una versione più “evoluta” del pancotto o per lo meno lo è nella presentazione che ricalca invece quella dei vincisgrassi. Si tratta di alternare strati (almeno 3) di fettine di pane raffermo a sugo denso e ricco e parmigiano per la versione rossa; a foglie di campo e uova strapazzate per la versione bianca. Il tutto veniva poi coperto con acqua bollente che serviva ad “ammollare” il pane sottostante. Era un modo per consumare il pane raffermo e presentarlo in maniera appetitosa così che fosse gradito anche ai più piccoli. Non era un piatto delle feste, ma probabilmente nato per smaltire il pane avanzato prima di una nuova sfornata. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la versione rossa: pane raffermo, sugo, parmigiano, acqua bollentePer la versione bianca: pane raffermo, foglie di campo, uova strapazzate, parmigiano, acqua bollenteDa considerare 3/4 fette di pane raffermo a persona....comporre la teglia di conseguenza |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparare un sugo denso e ricco secondo tradizione familiare o foglie di campo bollite e ripassate in padella. In una teglia delle dimensioni adeguate al numero di porzioni necessarie, iniziare a fare uno strato di fettine di pane raffermo, aggiungere sopra uno strato di sugo (oppure di foglie di campo) e una spolverata di parmigiano; altro strato di pane, altro sugo (o foglie) e parmigiano e così via per almeno tre strati. Terminare con sugo (o foglie) e parmigiano. In entrambe le versioni possono essere aggiunte delle uova strapazzate tra uno strato e l'altro. Irrorare il tutto con due bei mestoli di acqua bollente e coprire la teglia con un piatto rovesciato, lasciando riposare per almeno 10 min prima di servire. Si taglia a quadrotti e si mangia con il cucchiaio. La difficoltà di questo piatto sta nel giusto ammollo delle fette di pane che non devono risultare né troppo imbevute né troppo asciutte.Non è prevista cottura |

|  |
| --- |
| **Fregnacce** |
| **RM53** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Amandola** |
| **DESCRIZIONE** | Cosa sono le fregnacce e perché questo curioso e divertente nome? Sono una specie di cannelloni, ma senza ripieno, senza cioè quel succulento impasto che conosciamo fatto di carne, uova formaggio e spezie. In questo piatto, tipico della stupenda città di Amandola, a ridosso dei monti Sibillini, il ripieno non c’è, ed ecco il motivo del nome “fregnacce” che in dialetto locale è sinonimo di sciocchezza, frottola... Si trattava infatti di un inganno dettato dalle necessità di quel tempo in cui le famiglie contadine più povere non avevano la possibilità di comprare quanto necessario per il ripieno dei cannelloni. Gli ingredienti, quindi, sono quelli che all’epoca erano di facile reperibilità. Le fregnacce, da un punto di vista storico, è un piatto di origini medievali; già nel XIV - XV secolo nelle Marche si usava condire impasti di acqua e farina e uova non con formaggio pecorino secco e burro. Questa, sarebbe, in realtà, la ricetta originale. Nella metà degli anni '90 si inizia a condire le fregnacce con sugo rosso di carne. Oggi molti ristoranti del territorio amandolese propongono questo gustoso e nutriente piatto. C'è anche una sagra. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Farina e uova per sfoglia (1 uovo ogni 100 gr di farina), pecorino secco, burroa sentimento |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Ricetta antica: tirare la sfoglia di pasta all'uovo sottile e tagliarla a scacchi 10x10 cm. Farla bollire in acqua e sale, appena cotta scolare e mettere in padella con burro e pecorino. Arrotolare la sfoglia e mettere in un piatto (come fossero cannelloni) mettere sopra alto condimento. Variante: condire con sugo di carne.Cottura in tegame |

|  |
| --- |
| **Gnocchi di patate con sugo di papera** |
| **RM54** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questo piatto, essendo particolarmente ricco e costoso, poteva essere cucinato poche volte l'anno, altrimenti si rischiava di far fallire il bilancio familiare. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per gli gnocchi: 800 g patata, 200 g farina tipo "0", 1 uovo intero, 20 g formaggio pecorino, odore di noce moscata, sale q.b.per il sugo: 300 g papera pulita, 200 g pomodori pelati, 300 g cipolla, sedano e carote, 40 g olio EVO, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per gli gnocchi: lessare le patate con la buccia poi spellarle e passarle al passatutto con lo stampo fino e far raffreddare. A questo punto unire l'uovo, la noce moscata macinata e il sale fino; amalgamare il tutto, iniziando ad incorporare la farina fino ad esaurimento; a questo punto iniziare a stendere un po' alla volta l'impasto realizzando gli gnocchi. Una volta pronti li lessare in acqua bollente salata indi scolere e condire con il sugo di papera (che avremo avuto cura di preparare a parte); spruzzare di pecorino grattugiato e servire immediatamente. Per il sugo: in una pentola idonea dorare nell'olio extra vergine di oliva a fuoco moderato il sedano, carota e cipolla finemente tritata, indi unire la papera tagliata a pezzi far a sua volta rosolare. A questo punto unire il pomodoro passato aggiustare di sale; portare a cottura per circa un'ora a fuoco moderato avendo cura di rimestare di volta in volta. |

|  |
| --- |
| **I rigatoni della trebbiatura** |
| **RM55** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questo ricco piatto era tipico di uno dei momenti più importanti della vita contadina, la trebbiatura, che seppur nella sua pesantezza, rappresentava una festa vissuta in armonia con tanti vicini nella bella e consolidata tradizione "de lu rajutu", cioè dell'aiutarsi a vicenda. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 400 g pasta rigatoni grandi, 100 g lardo macinato, 400 g frattaglie di oca, 400 g pomodoro rosso, 300 g carota, cipolla e sedano, 100 g vino rosso, 40 g pecorino grattugiato, sale e pepe |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una pentola a fuoco basso far sciogliere il lardo, indi unire gli aromi finemente tritati e farli dorare, quindi uniremo le frattaglie di oca (testa, collo, "ruspi", fegato, rigaglie ecc.) far rosolare, bagnere con il vino facendolo evaporare accuratamente; a tal punto unire il pomodoro e lasciar cuocere a fuoco moderato per ancora un'oretta. Cuocere la pasta in abbondante acqua e la condire con il sugo spruzzando con il pecorino prima di servire ben calda e al dente. |

|  |
| --- |
| **La stracciatella in brodo “li straccetti”** |
| **RM56** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | La caratteristica della stracciatella è che non deve essere molto fine (come purtroppo spesso capita che ci venga proposta), ma mediamente grossolana. La stracciatella ha preso il nome da straccio. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 800 g buon brodo di gallina, 100 g formaggio grattugiato, 100 g pane grattugiato, 4 uova, buccia di limone grattugiata q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una bacinella rompere le uova e con una frusta batterle un poco, indi aggiungere il pane, il formaggio e il limone grattugiato. Amalgamato bene il tutto, verserlo gradualmente nell'ottimo brodo bollente, mescolando con una frusta per qualche minuto: gli straccetti sono pronti per essere gustati. |

|  |
| --- |
| **Li pinciarelli** |
| **RM57** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | La ricetta affonda le sue radici nella società contadina mezzadrile del fermano. Una sua descrizione la troviamo in un libro di Ivana Rongoni Catalini "Una Madia nel cuore," Edita da Andrea Livi (2003) dove riporta ricette della tradizione contadina dell'inizio del 1900 ed oltre. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Pasta da pane lievitata, sarde sotto sale, alcuni spicchi d aglio, prezzemolo, sale pepe, conserva di pomodoro. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Si pone sulla spianatora la pasta lievitata, la si spiana molto bene lavorandola a lungo. Quindi si staccano, di volta in volta, dei piccoli pezzi della grandezza di un uovo che, con entrambe le mani vanno allungati alla maniera di grossi spaghetti, quindi lessati, scolati e poi conditi col sugo di magro che si prepara riducendo in poltiglia, sul battilardo, con l'uso "de lu mannar", le sarde, il prezzemolo e l aglio. In abbondante olio di oliva già riscaldato, si versa il battuto, si fa soffriggere lentamente, si aggiungono sale e pepe e la conserva di pomodoro sciolta in acqua calda, si lascia bollire per circa un quarto d'ora (fino a che non ha raggiunto la giusta consistenza) ed il sugo di magro è pronto: piccante e profumato. |

|  |
| --- |
| **Maccheroncini di Campofilone** |
| **RM58** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Campofilone** |
| **DESCRIZIONE** | I “Maccheroncini di Campofilone” sono un prodotto tipico dell’omonimo borgo, in provincia di Fermo. Nel 2013 ottengono il riconoscimento IGP. La sua storia si perde nella notte dei tempi: leggende popolari la fanno risalire al 1400, dove in una particolare ricetta vengono citati i “Maccheroncini fini fini”, mentre i primi documenti certi che si riferiscono a questa pasta denominata anche “capelli d’angelo”, risalgono al Concilio di Trento del 1560, dove viene menzionata con la dicitura “così sottile da sciogliersi in bocca”. Tra il 1700 e il 1800, i “maccheroncini di Campofilone” erano presenti in tutti i quaderni di cucina delle nobili famiglie marchigiane: pensate che Giacomo Leopardi, nei suoi anni napoletani, tra i suoi 49 piatti preferiti che detta al suo cuoco li cita, forse preso da un momento di nostalgia della cucina marchigiana. Ma come nascono e perché questa pasta è così sottile? Forse non tutti sanno che quando nelle campagne non esisteva l’elettricità, capace come oggi di illuminare e riscaldare pollai, le galline durante le fredde e corte giornate invernali facevano pochissime uova. Questa ragione ha ispirato l’ingegno e la fantasia delle “vergare” di Campofilone: realizzare nei mesi primaverili e estivi, quando di uova invece le galline ne facevano tante, questa pasta fatta in casa e poi essiccarla all’aria aperta in modo di averla disponibile tutto l'anno. Il taglio della sfoglia sottile a “capello d’angelo” non era fatto soltanto per una questione di gusto, ma anche per facilitarne l’essiccazione. La ricetta classica campofilonese prevede il condimento di questa pasta sopra una tavola di legno (spianatoia) in modo che possa trattenere l’acqua di cottura in eccesso, con un sugo rosso marchigiano (che non è un ragù) di carni miste e frattaglie. Ovviamente sono ottime anche con sughi di pesce o frutti di mare. Ah, quasi dimenticavo: i "maccheroncini di Campofilone", da disciplinare, si fanno con semola di grano duro e uova di galline allevate a terra. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Acqua, semola di grano duro, uova.Ogni 100 g semola di grano duro, un uovo. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Impastare acqua, semola di grano duro e uova. Una volta ottenuto un impasto omogeneo lasciare riposare, coperto da una pellicola, per mezzora. Subito dopo lavorare l'impasto con spianatoia e mattarello (per i più appassionati), altrimenti con una sfogliatrice. Una volta ottenuta una soglia sottilissima, avvolgerla su se stessa e con un coltello a lama lunga e ben affilata tagliarla molto sottile: 1 mm circa.Lessati in abbondante acqua e sale |

|  |
| --- |
| **Minestra di ceci** |
| **RM59** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Colmurano, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | La minestra di ceci è un piatto povero ma molto gustoso nei periodi invernali. Era il piatto dei contadini marchigiani che coltivavano i ceci. Un piatto antico, ma sempre piacevole. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 250 g ceci secchi, 1 patata, 1 spicchio di aglio, 1 rametto di rosmarino |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere i ceci in ammollo una notte intera. Scolarli e metterli in una pentola con abbondante acqua leggermente salata, insieme al rametto di rosmarino e uno spicchio di aglio legati e lasciare sobbollire a fuoco basso per circa 2 ore o fino a che i ceci non risultano morbidi. Aggiungere verso fine cottura una patata tagliata a cubetti. Togliere dal fuoco, condire con olio extravergine di oliva e accompagnare il piatto con pane tostato. |

|  |
| --- |
| **Minestra di farro** |
| **RM60** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questo piatto era tipico del periodo invernale; in particolare le famiglie contadine lo realizzavano nella "stagione" della salata. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 250 g chicchi di farro, 400 g ossa di maiale, 50 g cipolla, 50 g sedano, 10 g maggiorana, 40 g formaggio pecorino, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una pentola mettere a bollire con abbondante acqua le ossa (se non abbiamo le ossa del maiale, possiamo usare al loro posto 50 g di braciola di maiale), la cipolla e il sedano per almeno due ore; dopodiché filtrare il brodo ottenuto e rimettere sul fuoco a bollire unendovi il farro e aggiustando di sale. Lasciar cuocere per almeno mezzora, rimestando di tanto in tanto. Quando il farro è quasi cotto unire la maggiorana sminuzzata e il pecorino grattugiato, portare a cottura e servire ben caldo. |

|  |
| --- |
| **Moccolotti de lo vatte** |
| **RM61** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Petritoli** |
| **DESCRIZIONE** | La cucina contadina, ormai persa, esercita ancora una sorta di attrattiva tra i nostalgici, ma anche tra chef e raffinati gourmet. Ma, attenzione, serve essere onesti: i nostri contadini fermani, prima della meccanizzazione dell’agricoltura, mangiavano poco e a volte anche male: zuppe, polente, tajulì fatti con acqua e tritello, erbe trovate, pane scuro, cacio secco e qualche frutto ogni tanto. La carne? Poca e sempre secca e di maiale, almeno per gran per parte dell’anno. Quest’attrattiva, questa fascinazione che abbiamo un po’ tutti sulla cucina contadina, se c’è, è legata a momenti ben precisi, come la mietitura e la trebbiatura ad esempio. “Lu rrajutu”, l’aiuto reciproco, così era chiamato: i contadini dei poderi vicini aiutavano quelli dei poderi accanto durante la falciatura del grano e la battitura, quando cioè c’era da separare la pula dal chicco. Questo “rrajiutu”, alla fine dei lavori, veniva onorato dalle vergare con preparazioni succulente, come i moccolotti (pasta secca corta) de lo vatte conditi con un sugo a lunga cottura di carne mista e frattaglie di pollo. E’ in questo contesto de “lu rrajiutu” che la cucina contadina, dalla quotidianità imposta in qualche modo dalla sussistenza, si fa ricca, creativa e appetitosa. C’è un grande valore culturale, che è quello della condivisione, di ripagare il lavoro con il cibo, come un linguaggio non parlato ma altamente simbolico. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Pasta secca (rigatoni o paccheri), pezzi di carne mista (manzo, maiale, pollo, coniglio), rigaglie di pollo, odori. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Rosolare la carne mista con sedano, carota e cipolla. Nella cipolla va infilzato un chiodo di garofano. Quando è rosolata sfumate con vino rosso. Una volta evaporata la parte alcolica inserire passata di pomodoro e un po' di acqua. Portate a bollore, abbassare la fiamma al minimo e far cuocere per tre ore. Lessare moccolotti (rigatoni o paccheri) e condire con sugo. Generosa spolverate di pecorino. Servire.Sugo deve bollite almeno tre ore |

|  |
| --- |
| **Pancotto con zucca e uova** |
| **RM62** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | La versione descritta nella ricetta è quella più ricca, infatti la versione povera prevedeva solo l'acqua, sale e pane secco; il proverbio diceva "pancotto e lettu vassu" (pancotto e letto basso) perché dava ben poca energia per lavorare, ed ecco che appena possibile la ricetta fu rivisitata ed arricchita con gli ingredienti descritti. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 200 g pane casareccio secco, 200 g zucca gialla, 40 g pecorino grattugiato, 2 uova intere, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Far bollire l'acqua in una pentola aggiustando di sale (se si ha la fortuna di avere a disposizione il brodo ben venga); unire la zucca privata di scorza e semi tagliata a cubetti; far bollire per circa un quarto d'ora, poi aggiungere il pane secco (perché non si sprecava mai nulla) spezzettato grossolanamente e le uova, girando il tutto con moderazione fino a far rapprendere le uova, poi unire il pecorino e servire ben caldo. |

|  |
| --- |
| **Passatelli in brodo** |
| **RM63** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | I passatelli sono una minestra tradizionale delle province di Ancona, Pesaro Urbino e di parte della Romagna. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Uova, pangrattato, parmigiano, scorza di limone, sale, noce moscata,brodo di carneUn uovo a testa, per ogni uovo un cucchiaio di pangrattato e uno di parmigiano. Sale, buccia di limone e noce moscata q.b |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Rompere le uova. Sbatterle e amalgamare il resto degli ingredienti (bisogna regolare la consistenza aggiungendo pangrattato se troppo liquido. Deve risultare cremosa e da potersi versare, con lo schiacciapatate, direttamente nel brodo bollente)Con lo schiacciapatate si gettano direttamente nel brodo bollente. Quando tornano a galla sono cotti |

|  |
| --- |
| **Polenta alle concole** |
| **RM64** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Cupra Marittima** |
| **DESCRIZIONE** | Le ricette tipiche di ogni luogo sono come i dialetti, seppur appartenenti alla stessa regione, ma anche provincia, spostandoci di pochi km qualcosa cambia. Così anche le ricette tipiche di un territorio. La stessa preparazione in ogni casa veniva preparata in un modo, ognuno metteva del suo per renderla propria o originale seppur usando gli stessi ingredienti, aggiungendo o togliendo, così si sono tramandate da generazioni in generazioni. Io cuoco e cittadino di Cupra Marittima mi vorrei soffermare su una preparazione non codificata, ma esistente, che fa parlare anche i più esperti e appassionati di buon cibo per l'aggiunta del pomodoro. La tradizione cuprense e la polenta con il sugo di concole rosso. Vecchia ricetta della marineria cuprense di un tempo, territorio che ospitava diverse imbarcazioni per la pesca delle vongole. Il piatto era reso popolare con la sagra della polenta con le concole alla festa di San Gabriele, che si svolgeva al Vecchio incasato di Marano organizzata e gestita dalla confraternita del suffragio. I sughi venivano conferiti dalle attività di ristorazione presenti nel territorio con le concole che provenivano un tempo dalla cooperativa conserviera delle vongole, poi direttamente dai marinai. Oggi la concola cuprense si distingue non solo dal nome con la "c" e non con la "v", ma a tutti gli effetti per essere riconosciuta come prodotto DE.CO. pescata solamente nella zona di pesca 19.2. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 1 spicchio di aglio, 1 rametto di prezzemolo, 1 cipolla piccola, 1 peperoncino, olio evo, 500 g polpa di pomodoro, 1 kg concole, 200 g farina di mais per polenta, 1 bicchiere di vino bianco, 1 l acqua |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere le concole a spurgare dalla sabbia su un recipiente bucato posizionato in una bowl con acqua. Sciaquarle. Tritare aglio, cipolla e prezzemolo, il peperoncino e soffriggere in una pentola coprendo il fondo con olio. Aggiungere le concole, sfumare con vino bianco, farlo evaporare e togliere le concole una volta aperte. Aggiungere il pomodoro e lasciar cuocere per una decina di minuti. Sgusciare le concole e a fine cottura aggiungerle al sugo. Preparare la polenta aggiungendo a pioggia la farina nell'acqua bollente e mescolare con l'aiuto di una frusta facendo proseguire la cottura per un tempo di circa 30 minuti. Dividere la polenta nei piatti e al di sopra cospargere il sugo preparato in precedenza. Decorare a proprio piacimento con prezzemolo fresco tritato e un giro di olio evo.30 minuti |

|  |
| --- |
| **Polenta con le costarelle** |
| **RM65** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | La polenta, nelle famiglie contadine del passato, era uno dei piatti con il maggior indice di presenza in tavola e l'abilità delle vergare per non stancare i familiari era di condirla nei modi più variegati, ovviamente con ciò che si aveva a disposizione. Ad esempio la si condiva con la sapa, il sangue del maiale, i broccoli, le salsicce e qualche volta, quando si aveva qualche soldino si poteva fare il sugo con il baccalà o lo stoccafisso e allora era una grande festa. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la polenta: 270 g farina di mais, 1 l acqua, sale q.b. per il sugo: 500 g costolette di maiale, 200 g sedano, carota e cipolla, 400 g pomodori pelati, 40 g olio EVO, 50 g vino bianco, 40 g formaggio pecorino grattugiato, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per la polenta: per fare la polenta se si dispone di una caldaietta di rame, utilizzare quella, altrimenti un altro recipiente. Mettere l'acqua sul fuoco, aggiustare di sale e quando sarà calda iniziare a versare la farina, con una frusta mescolare continuamente facendo attenzione a non fare i grumi; cuocere a fuoco moderato per una mezzora. Per il sugo: in una pentola sul fuoco con l'olio faremo dorare gli odori tritati finemente, poi unire le costarelle di maiale e continuare a rosolare. Quando saranno ben dorate bagnare col vino che far evaporare. A questo punto unire i pomodori pelati e aggiustare di sale lasciando cuocere per almeno un'ora. Al termine dei due procedimenti stenderemo la polenta sulla tipica spianatoia, condire con il sugo preparato, spruzzare in superficie con il pecorino grattugiato e degustare questo splendido piatto unico. |

|  |
| --- |
| **Polentone di Sant'Angelo in Pontano** |
| **RM66** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Sant'Angelo in Pontano** |
| **DESCRIZIONE** | Piatto di origine contadina. Al termine della raccolta del granturco, era usanza radunare tutti coloro che avevano lavorato per festeggiare la fine del raccolto e pranzare insieme con questa pietanza. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la polenta: 600g circa farina di mais ogni 2 litri di acqua (dipende dalla consistenza), sale qb. Per il sugo: carne mista (vitello, maiale, papera e zampe di gallina), ossa di maiale e di vitello, olio di oliva, base soffritto con carota e cipolla, passata di pomodoro, formaggio locale grattugiato.Per 4 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Portare l’acqua a ebollizione e aggiungere man mano la farina di mais, continuando a mescolare. Il composto risulta sempre più tenace man mano che la farina viene aggiunta e quindi, per mescolarlo, potrebbe essere necessario cambiare utensile. Una volta terminata tutta la farina, lasciare sul fuoco il tutto, sempre continuando a mescolare, per ulteriori 5/10 minuti. Quando la polenta inizia a staccarsi dalle pareti della pentola, rovesciarla su una tavola di legno precedentemente oliata. Lasciare raffreddare la polenta coprendola con un canovaccio umido. Una volta raffreddata, iniziare a tagliare la polenta a prima a tocchi e poi, utilizzando un filo di cotone, a fettine sottili (che andranno a formare gli strati del polentone). Posizionare un primo strato di sugo in una teglia rettangolare dai bordi alti, adagiare il primo strato di polenta, coprire con sugo e abbondante formaggio locale grattugiato e ripetere il tutto per almeno 5 strati (fino al bordo della teglia). Cuocere in forno a 180 gradi per 40 minuti circa, fino anche non si crea una crosticina in superficie.Per il sugo: far soffriggere olio, carote e cipolla. Aggiungere la carne e le ossa, sfumare con vino bianco, aggiungere pepe e sale. Aggiungere anche la passata di pomodoro e far sobbollire per un paio d’ore. Se la carne usata per il sugo è a pezzi: quando il sugo è pronto, togliere la carne, tagliarla a pezzettini piccoli e rimetterla nel sugo.Circa 90 minuti. |

|  |
| --- |
| **Polentone alla Carbonara Chiasernese** |
| **RM67** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Cantiano** |
| **DESCRIZIONE** | A Chiaserna, frazione di Cantiano (PU), ogni anno il primo sabato e domenica di agosto si svolge la Sagra del Polentone, manifestazione gastronomica che celebra una pietanza risalente al tempo dei carbonari e dei boscaioli quando l'alimento meno costoso era il mais creando un piatto ugualmente energetico. Il Polentone alla Carbonara Chiasernese veniva fatto con farina di mais, sale e, quando si poteva, del pecorino stagionato e della pancetta di maiale. Strumenti indispensabili per la sua preparazione erano il caldaio di rame, il cazzagno (bastone per girare la polenta), la capra, lo spago e il tagliere gobbo. Veniva preparato un piatto unico, energetico e calorico, che si mangiava da solo con una spolverata di pecorino sopra o con qualche verdura di contorno. La pancetta di maiale forniva un bel sugo di grasso e magro che, unito al pecorino, dava più gusto e sostanza al polentone. Una volta pronto i boscaioli lo affettavano e lo rimettevano nel caldaio, alternando strati di polentone con strati di condimento; si sedevano intorno al caldaio e a turno prendevano una fetta con le mani e lo mangiavano. Ancora oggi nelle sagre e nei ristoranti tipici si usano gli stessi ingredienti base, dove il polentone viene ancora suddiviso con il caratteristico taglio a scacchiera e a fettine tramite lo spago, sapientemente legato al dito. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la polenta: farina di Mais e sale Per il sugo: pancetta di maiale, salsiccia, pecorino e parmigiano |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Far bollire l'acqua e il sale nel caldaio e aggiungere la farina di mais. Girare energicamente la polenta con il classico cucchiaio tradizionale per circa 45 minuti fino a raggiungere un composto denso e cremoso senza grumi. Rovesciare il contenuto del caldaio sul "tagliere gobbo", lasciar raffreddare leggermente e suddividere con il caratteristico taglio a scacchiera e a fettine tramite lo spago, sapientemente legato al dito. Servire con una generosa dose di saporito sugo di grasso e magro preparato con pancetta e salsiccia, in alcuni casi aromatizzato con erbe di bosco. Aggiungere a piacere una generosa spolverata di pecorino stagionato! E' possibile gustare questa prelibatezza ancora oggi alle tradizionali feste ed eventi realizzate a Chiaserna dall'associazione LA SELVA e al BIRRIFICIO DEL CATRIA di Cantiano.45 minuti |

|  |
| --- |
| **Ravioli di gallina incaciati** |
| **RM68** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Ascoli Piceno** |
| **DESCRIZIONE** | I ravioli di gallina incaciati sono una ricetta tipica marchigiana, nello specifico della zona di Ascoli Piceno, preparata per il Carnevale. Come tutti già sappiamo, il termine Carnevale deriva dalla locuzione latina “carnem levare”, cioè “togliere la carne” dalla dieta quotidiana durante il periodo di Quaresima, quindi dal mercoledì delle Ceneri fino alla Pasqua in osservanza del divieto della religione cattolica. E da qui l’usanza di mangiare carne e cibi ricchi dal giovedì grasso fino appunto al martedì di Carnevale. In Ascoli Piceno e in tutta la provincia oltre ai piatti classici della cucina italiana che si preparano nei giorni di festa, ci sono i piatti tradizionali tipici, tramandati di generazione in generazione a volte solo con il passaparola. I ravioli di gallina incaciati sono una di queste ricette, di cui non si hanno versioni scritte e sono esclusivi della zona, non ci sono tracce in altre località delle Marche. Si chiamano così appunto per il ripieno che si prepara con la carne di gallina e il suo brodo che si utilizza per bagnare il pane raffermo. Questo ingrediente e soprattutto la quantità che si aggiungeva alla carne ci dicono tanto sulla storia di questa ricetta: la quantità di pane raffermo variava a seconda del ceto sociale della famiglia che preparava i ravioli. Le famiglie meno abbienti aggiungevano tanto pane raffermo alla poca carne, in modo da aumentare la quantità di ripieno e far uscire più ravioli possibili, quindi tante porzioni per sfamarsi per più giorni. In alcuni casi la quantità di pane raffermo era talmente alta che i ravioli di gallina venivano chiamati “ravioli di pane” o “ravioli di pappa” per la consistenza che assumeva il pane ammollato. Ovviamente in questi casi il sapore originale dei ravioli veniva compromesso e non di poco. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per il ripieno: 1 gallina (di circa kg 1,300), 600 g carne di suino (arista o coscio), 1 costa sedano (70 g circa), 2 carote (60 g circa pesate già pelate), mezza cipolla bianca (40 g circa), sale q.b., 300 g pane raffermo, 4 uova, 4 g cannella in polvere, 1 pizzico noce moscata, 150 g parmigiano Reggiano DOP (grattugiato, oppure pecorino oppure metà parmigiano e metà pecorino)Per la sfoglia fresca: 7 uova, 4 cucchiai acqua (a temperatura ambiente), 850 g farina 0 (circa)Per condire i ravioli: parmigiano Reggiano DOP (o pecorino) q.b., cannella in polvere q.b. (facoltativo)Per circa 100 ravioli |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Consiglio: suddividere il lavoro in due giorni poiché il ripieno una volta preparato necessita di una notte di riposo in frigorifero affinché si insaporisca al meglio. Quindi prima preparare il brodo e il ripieno e il giorno seguente la pasta fresca e i ravioli. Cottura del brodo di carne di gallina e di maiale: in una pentola piena di acqua fredda sistemare la gallina intera o se preferisci divisa a metà con il maiale tagliato a pezzi grossi. Aggiungere la costa di sedano, le carote, la cipolla e un pizzico di sale. Cuocere le carni per almeno due ore finché la carne non è ben cotta. Togliere la gallina e la carne di maiale dal brodo e lasciale intiepidire. Filtrare il brodo e mettere da parte. Spolpare la gallina eliminando la pelle e le ossa e tutte le parti nervose e dure. Con un coltello affilato tagliare, sminuzzare le carni e raccoglere in una ciotola capiente. Preparazione del ripieno: togliere la crosta dal pane raffermo e tagliare la mollica a pezzetti. Iniziare a bagnare la mollica del pane raffermo con il brodo e mescolare affinché il pane possa assorbire al meglio il brodo. Lasciar riposare il pane raffermo per 10 minuti e poi valutare se aggiungere ancora altro brodo: il pane ammollato deve essere ben amalgamato, morbido ma non “acquoso”. Iniziare ad aggiungere il composto di pane alla carne tritata e mescola bene. Unire ora le uova sbattute, la cannella in polvere, la noce moscata grattugiata, il formaggio grattugiato e un pizzico di sale. Amalgamare bene tutti gli ingredienti. Il ripieno deve essere morbido, compatto e non molle. Si consiglia di riporlo in frigorifero ben coperto e di lasciarlo riposare una notte. Al momento di usarlo valutare se aggiungere ancora cannella o parmigiano o pecorino se scelto questo formaggio.Preparazione della pasta fresca: il giorno seguente alla preparazione del ripieno dedicarsi alla pasta fresca e alla realizzazione dei ravioli di gallina incaciati. Sistemare la farina a fontana o in una ciotola e al centro sbatti le uova con l’acqua. Io preferisco sbattere le uova e aggiungere man mano la farina così da regolarmi meglio, non sempre la quantità di farina corrisponde perfettamente perché dipende dalla grandezza delle uova e dalla tipologia di farina usata, quindi aggiungendola un po’ alla volta non si rischia di ottenere un impasto troppo duro e non poter tornare indietro. Impastare fino ad ottenere un composto morbido e liscio che non si attacca alle mani. In caso aggiungere ancora un po’ di farina. Coprire l’impasto dei ravioli di gallina e lasciarlo riposare per circa 30 minuti. A questo punto decidere se usare il matterello o la macchina per la pasta, la cosiddetta nonna Papera manuale o elettrica. Qui di seguito le spiegazioni con entrambi.Realizzazione dei ravioli con la macchina per la pasta: dividere l’impasto in piccole parti. Infarinarle leggermente e una alla volta passale nella macchina al primo spessore. Dopo la prima passata piegare a metà la sfoglia e passala di nuovo. Ripetere l’operazione per 3 volte. Man mano che sono conclusi i 3 passaggi disporre le sfoglie sulla tavola infarinata o appoggiate su una tovaglia pulita e asciutta. Lasciar riposare per 10 minuti. Riprendere le “pannelle” (così si chiamano in dialetto marchigiano),infarinarle leggermente, spostare la manovella al penultimo spessore, e passarle per una sola volta. Ora dividerle a metà altrimenti diventano troppo lunghe e difficile da gestire. Passarle all’ultimo spessore per assotigliare la pasta. Disporre su ogni striscia di pasta mezzo cucchiaio di ripieno ben distanziato uno dall’altro e ripiegare la pasta su se stessa. Con le mani delineare ogni raviolo premendo attorno al perimetro del ripieno. Con la rotella dentata ritagliare i ravioli. Ora prendere il raviolo e appoggiarlo verticalmente sulla tavola e pizzicare i bordi come a formare una cresta di gallo. Man mano che si realizzano i ravioli sistemarli su un vassoio infarinato ben distanziati uno dall’altro. Se non vengono cotti subito riporli in congelatore e una volta che si saranno congelati puoi riunirli in un sacchetto.Realizzazione dei ravioli con il matterello: dividere l’impasto in due parti per lavorarlo meglio e stendere una sfoglia sottile. Con un coppapasta rotondo ritagliare la pasta e al centro adagiare il ripieno. Chiudere a mezzaluna e con la rondella dentata ritagliare il raviolo per sigillarlo. Ora prendere il raviolo e appoggiarlo verticalmente sulla tavola e pizzicare i bordi come a formare una cresta di gallo. Man mano che si realizzano i ravioli di gallina incaciati disporli su un vassoio infarinato ben distanziati l’uno dall’altro. Cottura: cuocere i ravioli di gallina incaciati in abbondante acqua salata e dal momento in cui tornano a galla e raggiungono il bollore calcolare un paio di minuti. Scolarli bene e passarli nel formaggio grattugiato. E' possibile aggiungere un pizzico di cannella o addirittura invece del formaggio possono essere conditi con zucchero e cannella. Se gustati freddi una volta conditi e intiepiditi riporli in frigorifero.tempi di cottura del brodo 2 ore circa |

|  |
| --- |
| **Spaghetti con le noci** |
| **RM69** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fiastra** |
| **DESCRIZIONE** | È un primo piatto dedicato alla vigilia di Natale, da servire insieme al classico spaghetto con il tonno, un accostamento dolce/salato, infatti gli ingredienti sono: noci, cacao, zucchero, cannella, liquore Varnelli, pane grattugiato. Senza questa portata per me non è la Vigilia di Natale. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 300 g spaghetti, 150 g noci, 2/3 cucchiai zucchero, una spolverata di cannella in polvere, tre cucchiai di Varnelli, un cucchiaio e mezzo cacao, 1 cucchiaio pane grattugiato. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Frullare tutti gli ingredienti fino a ridurli finemente, cuocere gli spaghetti,prima di scolare la pasta mettere un po' di acqua di cottura nella salsa e mescolare fino a formare una cremina, unire gli spaghetti e mescolare bene, se risultassero troppo asciutti, aggiungere altra acqua di cottura, servire accostandoli agli spaghetti con il tonno. Se avanzano sono buonissimi anche freddi.Non c'è cottura, solo quella della pasta |

|  |
| --- |
| **Tacconi di fava** |
| **RM70** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Terre Roveresche** |
| **DESCRIZIONE** | Era la cucina di festa nel periodo del dopoguerra. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Farina di fave e farina 00, uova e acqua per l'impasto Per il condimento guanciale, cipolla rossa,sedano,carota e pomodoro a pezzettoni, sale q.b., olio di oliva e peperoncino. Parmigiano e pecorino stagionato.Per la pasta per 4 persone: 3 hg farina 00, 1 hg farina di fave, 1 uovo, acqua quanto basta per un impasto morbido.Per il condimento: un etto e mezzo di guanciale tagliato a dadini, due cucchiai di olio d'oliva, due carote medie, cuore di sedano, una ci |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Lavorare gli ingredienti per la pasta fino a quando la pasta risulta liscia ed omogenea. Lasciare riposare per un quarto d'ora. Tirare la sfoglia un po' più spessa della tradizionale. Tagliare tipo tagliatella o tipo chitarra. Bollire l'acqua per cucinare la pastaSoffriggere gli ingredienti per il condimento aggiungendo un bicchiere di acqua e il pomodoro a pezzettoni, cuocere lentamente. Disporre su un piatto di portata condire e aggiungere il formaggio parmigiano e pecorino stagionato grattugiato. Buon appetito! |

|  |
| --- |
| **Taccù** |
| **RM71** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Offida** |
| **DESCRIZIONE** | I TACCÙ COL BATTUTO O AL SUGO DI MAGRO: piatto di tutta la provincia Ascolana, piatto povero fatto di pasta lavorata solo con acqua e farina o ancor meglio con le rimanenze di farine. Classico condimento battuto di grasso e magro e acqua, oppure col sugo di magro nel giorni di vigilia. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la pasta: 400 g farina 0, 100 g semola rimacinata, 250 g acqua. Per il condimento: 100 g guanciale, 200 g acqua, 80 g pecorinoPer il sugo di magro: 100 g sgombro salato, 2 acciughe salate, 200 g tonno sottolio, 500 g pomodori pelati, 100 g olio extra vergine, 2 spicchi d'aglio, 100 g prezzemolo, sale e pepe |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per la pasta lavorare acqua e farine fino ad ottenere un composto omogeneo e sodo. Lasciar riposare 1 oretta in frigo poi procedere a stenderla piuttosto era e a tagliare un chitarre. Per il sugo col battuto lasciate: soffriggere il grasso e magro tagliato sottilissimo poi unire l'acqua e lasciate sobbalzare. Cucinateci la pasta direttamente lasciata un pò brodosa.Per il suogo di magro iniziare dal soffritto a fuoco basso di olio, aglio e acciughe. Unire il pomodoro, lo sgombro e lasciate cuocere per una mezz'ora. Unire ancora il tonno e continuate la cottura aggiustando di sale e pepe. Unire il prezzemolo a fuoco spento. Cuocete i TACCÙ nel battuto e acqua lasciando del liquido in pentola e impiattateli con un pò della sua acqua di cottura e del pecorino sopra. Nel caso del sugo di magro cuocete la pasta in modo tradizionale e una volta scolata conditela con abbondante sugoIl battuto avrà una cottura breve. Il sugo di magro avrà bisogno di 40 minuti almeno |

|  |
| --- |
| **Tagliatelle alla passera mbriaca** |
| **RM72** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Rubbianello Frazione Di Monterubbiano** |
| **DESCRIZIONE** | Nel passato le massaie che preparavano il sugo con la carne, al fine di ammorbidire il sapore forte, sfumavano il sugo con un generoso bicchiere di vino per portare via il retrogusto forte delle carni. "Sugo mbriacato con lo vì" nel nostro dialetto marchigiano. Con il locale vitigno della "passerina" abbiamo rivisionato questa ricetta, aggiungendo al sugo il vino passerina ed utilizzando tutti i nostri prodotti locali. Dalla combinazione di quanto sopra è nata la ricetta "Tagliatelle alla passera mbriaca". |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Macinato di manzo, maiale e pollo/tacchino, vino Passerina, olio extra vergine di oliva non filtrato, sale, noce moscata, cannella, chiodi di garofano, peperoncino, maggiorana, cipolla, carota, sedano, aglio, vino Passerina. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Soffritto di cipolla carota sedano e aglio, quando il soffritto e' appassito, aggiungere il macinato di carne con tutte le spezie, aggiungere il sale, e quando gli ingredienti sono ben rosolati, aggiungere il vino la passerina, nella stessa quantita' del peso della carne, portare a cottura per circa 60 minuti. Cuocere le tagliatelle di campofilone condirle con il sugo ed aggiungere formaggio grattugiato a piacere. |

|  |
| --- |
| **Tagliuli' pelusi** |
| **RM73** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Monterubbiano** |
| **DESCRIZIONE** | Ricetta di origine rurale preparata quasi quotidianamente nelle famiglie contadine. Un impasto di acqua tiepida e farina integrale, tirato a matterello e tagliato come i tradizionali tagliolini. E' un piatto povero di quando c'era poco niente e si dovevano sfamare molte bocche. Il condimento semplice, gustoso e sostanzioso. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per la pasta: 100 g farina integrale, 50/60 g acqua, un pizzico di sale, foglioline di maggiorana fresca.Per il condimento: un cucchiaio di olio evo, un pezzetto di cipolla, una spessa fetta di guanciale tagliata a dadini, un bicchierino di vino bianco, 3/4 pomodori freschi o pelati, un pezzettino di peperoncino, rametti di maggiorana, un cucchiaio di pecorino, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Mettere la farina sulla spianatoia, un pizzico di sale, le foglioline di maggiorana, e l'acqua tiepida. Impastare fino ad ottenere un panetto e farlo riposare 10/15 minuti. Tirare la pasta con il matterello, lo spessore e' a gradimento personale, lasciare asciugare un po' la pasta, arrotolarla e tagliarla a coltello come una tagliatella/ tagliolino. In una padella imbiondire la cipolla tritata, aggiungere il guanciale e farlo essudare, il peperoncino, sfumare con il vino, aggiungere il pomodoro, la maggiorana aggiustare di sale. Cuocere per 15 minuti circa. Cuocere al dente la pasta, saltarla nel sugo e mantecare con il pecorino. Impiattare con uno spolvero di pecorino e maggiorana.Pentola per bollire la pasta Padella per il sugo |

|  |
| --- |
| **Tajoli pelosi** |
| **RM74** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Macerata - Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | Tipico piatto della tradizione contadina che si perpetua attraverso un passaparola tra i piccoli produttori del territorio, origine del piceno, piatto povero consumato in brodo con le poche risorse disponibili. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Farina di tritello, acqua, sale qb, soffritto di lardo tagliuzzato, aglio |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Impastando farina e acqua si crea una sfoglia erta che va tagliata in striscie, si fanno bollire in acqua salata e si versa successivamente il soffritto di lardo e aglio. Oggi la ricetta originale può essere resa più appetibile aggiungendo al soffritto ingredinti più pregiti, guanciale, salsiccia, prosciutto e gustata asciutta. |

|  |
| --- |
| **Zuppa di cicerchia con il lardo soffritto** |
| **RM75** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Questo legume negli anni era quasi scomparso, seppure molto salutare (e secondo me molto buono). Negli ultimi tempi però si sta tentando un promettente recupero anche perché si presta a varie preparazioni: oltre ad essere lessata e condita con un filo d'olio e pane tostato, può essere abbinata al pesce (gamberetti, sgombro, etc.) o alla carne (perline di carne bianca, etc.) |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 600 g cicerchia, 120 g lardo, 100 g cipolla, sale q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Avremo cura di mettere a bagno la cicerchia la sera prima e al mattino la scoleremo dall'acqua con cui è stata in ammollo. La metteremo in una pentola e la copriremo di acqua e la metteremo sul fuoco facendo attenzione che quando inizia a bollire, bolla moderatamente (per evitare che si separi il guscio dalla polpa) fino a cottura. Intanto a parte avremo tagliato a cubetti sia la cipolla che il lardo ed in una padellina coperta e a fuoco moderato faremo lo "sfritto" cioè soffriggeremo bene le due cose che, una volta pronte, verseremo nella pentola con la cicerchia lessata; la faremo bollire insieme per qualche minuto aggiustando di sale e la serviremo ben calda.In pentola per lessare la cicerchia |

|  |
| --- |
| **Zuppa di Cicerchia dei Cantinò...ni (con o senza cotechino)** |
| **RM76** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Serra de' Conti** |
| **DESCRIZIONE** | Questa varietà di legume si è salvata dalla scomparsa grazie ad un gruppo di agricoltori di Serra de' Conti, che intorno agli anni '50 ne ha salvaguardato il genoma e continuato la coltivazione tanto da divenire presidio Slow Food. Si pianta in primavera e si raccoglie ad agosto. Le piantine riunite in piccoli fasci sono appesi al sole e poi "battuti" sull'aia: in passato una buona scorta di cicerchia era una garanzia per affrontare l'inverno. Questa varietà è più minuta e spigolosa, con colorazioni che vanno dal grigio al marrone chiaro, ha una buccia poco coriacea ed è di sapore meno amaro rispetto ad altre cicerchie: non ha bisogno di lunghi tempi di ammollo e di cottura, è particolarmente versatile e ottima per zuppe e minestre. Le prime tracce di zuppe di cicerchie risalgono al 8000 a.C. in Mesopotamia ma è in Egitto, ai tempi dei faraoni, che se ne faceva ampio uso. Il nome della ricetta è dedicata ai ragazzi che oggi la cucinano nell'omonima Cantina del Buon Gusto, una fra le tante che si possono trovare alla Festa della Cicerchia di Serra de' Conti, che continuano a tramandare la cultura del buon cibo delle nostre tradizioni culinarie. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per due persone: 100g Cicerchia, acqua q.b., carote 60 g, cipolla 110 g, sedano 75 g, aglio 5 g, olio q.b., pepe q.b., sale q.b., 250 g passata di pomodoro, 1 foglia di alloro per la cottura, 3 foglie di alloro e prezzemolo q.b. per impiattare (Cotechino 60gr) |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Dopo l'ammollo, mettere a cuocere la cicerchia in una pentola di acqua e lentamente, a mano a mano che l'acqua arriva in ebollizione, schiumare di tanto in tanto. Nel frattempo, in un'altra pentola, preparare un trito di verdure (aglio, cipolla, sedano, carote, prezzemolo) aggiungere dell'olio e far soffriggere lentamente per poi aggiungere la passata di pomodoro. Girare bene e dopo aver raggiunto un discreto livello di cottura del sugo, unire la cicerchia cotta separatamente ed amalgamare il tutto per qualche minuto aggiustando di sale e pepe. Impiattare con tre foglie di alloro e prezzemolo fresco a piacere. Per chi volesse aggiungere il cotechino, dopo averlo cotto per una ventina di minuti, tagliatelo a fettine e appoggiatelo sul bordo del piatto prima di versare la Zuppa di Cicerchia dei Cantino...ni.Ammollo Cicerchia: 6/8 ore Cottura cicerchia: 45 minuti Sugo rosso di verdure: 30 minuti |

|  |
| --- |
| **Zuppa di Patate, Fagiolini e Granoturco di Astorara di Montegallo nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini.** |
| **RM77** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Ascoli Piceno - Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | I legumi dei Sibillini nel Cuore della bellezza paesaggistica al naturale, dove i sapori e le piccole coltivazioni da sempre producono prodotti di elevatissima qualità e sapore. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 500 g patate, 300 g fagioli freschi sgranati, 250 g granturco sgranato di Astorara di Montegallo, olio d'oliva, cipolla, sedano, peperoncino piccante, passato di pomodoro, brodo leggero di verdura, basilico, fette di pane, sale |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Nella pentola soffriggere nell'olio la cipolla, il sedano ed il peperoncino. Unire le patate a dadini poi un mestolo di passata di pomodoro. Aggiungere i fagioli , il granturco e versare il brodo profumando ocn foglie di basilico. Procedere a cottura lenta per circa 2 ore e la vostra zuppa è pronta. Aggiungere oil sale e servirla ben calda con sopra le fette di pane. |

|  |
| --- |
| **Passatello DE.CO di Pesro** |
| **RM78** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Jesi** |
| **DESCRIZIONE** | La storia di questa pasta non è ben definita, ma sicuramente le sue origini si collocano tra la bassa Romagna e la provincia di Pesaro e Urbino. Qui, nei tradizionali casolari, le donne di casa utilizzando pochi e semplici ingredienti crearono questa specialità, derivante probabilmente dalla “tardura” (definita anche “stracciatella”), minestra a base di uova, formaggio e pangrattato tradizionalmente data alle donne che avevano appena partorito per recuperare le forze. È proprio da questa semplice ricetta che nacquero i Passatelli: stessi ingredienti (ad eccezione di qualche aroma), ma una consistenza completamente diversa. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per l'impasto dei passatelli Parmigiano Reggiano DOP 24 mesi grattugiato pane bianco comune secco e grattugiato uova 1 Limone PER LA SALSA vongole di Fano, Cozze da maggio a Settembre, Seppia Granchi > Canocchie > Mazzancolle > Scampi Calamari > Calamaretti > Triglia > Mazzola > Rigatini > Scorfano Olio evo DOP di Cartoceto aglio privato del germoglio verde interno e tritatoPASSATELLO \*circa 180 gr di passatelli a persona se asciutti \*circa 150 gr di passatelli a persona se in brodo IMPASTO DEL PASSATELLO 970 GR 370 gr di Parmigiano Reggiano DOP 24 mesi grattugiato 300 gr di pane bianco comune secco e grattugiato 300 g |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | FASE FINALE Bollire i Passatelli, scolarli e inserirli nella padella con la salsa, inserire le cozze e vongole sgusciate, il prezzemolo, saltare, fino a che non risultino cremosi, impiattare, spolverare con prezzemolo, filo d’olio e macinata di pepe neroPREPARAZIONE SALSA Le vongole. Mettetele in un recipiente con acqua fredda, cambiandola di tanto in tanto e lasciandole in ammollo per eliminare la sabbia che è al loro interno. Le cozze. Grattate con un coltello le impurità presenti sul guscio ed eliminatene la barbetta. Una volta che cozze e vongole sono pulite alla perfezione, separatamente in un tegame con un filo d’olio d’oliva, fatele riscaldare, chiudete con un coperchio e fate cuocere fino a quando non si saranno dischiuse. Una volta cotte e aiutandovi con un colino, separate le cozze e le vongole dal loro sugo e mettetelo da parte. Assicuratevi però che non ci siano eventuali impurità o residui di sabbia al suo interno. A questo punto, sgusciate i molluschi, conservarli all’interno della propria acqua di cottura. Pulire e tagliare i crostacei, preparare la polpa di pesce a listarelle. In una padella far rosolare l’aglio nell’olio, inserire i crostacei, poi la polpa di pesce, salare, infine inserire l’acqua delle cozze e vongole, far cuocere qualche minuto. Formate i passatelli, utilizzando l’apposito strumento, lo schiacciapatate, prevede che l’impasto venga schiacciato e trascinato verso superficie forata, di modo che fuoriesca a forma di vermicello. Per staccarli dal ferro, utilizzate un coltello. |

|  |
| --- |
| **Vincisgrassi alla maceratese STG (specialità tradizionale garantita)** |
| **RM79** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Primo** | **Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Ricetta simbolo della Regione Marche. La ricetta allegata ha ricevuto la denominazione europea STG dopo la pizza, la mozzarella e il sugo all'amatriciana. Identifica quasi tutto il territorio regionale, anche se ci sono piccole variabili da comune a comune e da famiglia a famiglia. Questa si riferisce alla preparazione di Cesare Tirabasso del 1927. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Ingredienti per il sugo: 600 g di animali da cortile inclusi colli, ali e zampe di pollo, anatra o oca, schiena di coniglio non macinata; 500 g di vitello e maiale (con ossa, midollo e muscolo) non macinati; 100 g di rigaglie di animale da cortile (stomaci e fegati) tagliati in pezzi da minimo 0,5 cm; 150 g di concentrato di pomodoro; 500 g di passata di pomodoro; Odori: 1 sedano, 1 carota, 1 cipolla bianca steccata con 4 chiodi di garofano, mazzetto aromatico con maggiorana, salvia, rosmarino e altre erbe aromatiche fresche di stagione; 2 cucchiai di vino cotto PAT e/o un bicchiere di vino bianco secco; 80 g di lardo di maiale o guanciale; q.b. di olio Extra vergine di oliva; q.b. sale e pepe nero; q.b. di acqua; 250 ml latte intero UHT o fresco pastorizzato (facoltativo); 100 gr di Parmigiano Reggiano DOP grattugiato o Grana padano DOP. Ingredienti per la besciamella 1 L di latte intero UHT o fresco pastorizzato; 60-70 g di farina di grano tenero; 60-70 g di burro; sale, pepe nero e noce moscata q.b. Ingredienti per la pasta 8 uova fresche di gallina e 2 tuorli; 1 kg di farina di grano tenero o farina di grano duro; 1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva o di burro sciolto; 2 cucchiai di vino cotto o Marsala DOP. L’esecuzione della ricetta prevede fasi differenti: prima di tutto va preparato il sugo, che necessita di una lunga cottura, poi la besciamella e la pasta fresca ed infine avviene l’assemblaggio delle singole preparazioni e la cottura finale. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Il sugo Soffriggere il lardo o il guanciale tritato con olio extra vergine di oliva in una pentola, aggiungere le ossa e le carni, il sedano, la carota e la cipolla, poi far tostare il tutto a fuoco vivo; Salare e pepare il soffritto quanto basta poi sfumare con vino cotto o vino bianco; Aggiungere il concentrato di pomodoro, la passata di pomodoro ed amalgamare per qualche minuto al composto; Bagnare con abbondante acqua calda (e latte facoltativo) in modo da ricoprire la carne; Lasciare bollire lentamente fino a quando la salsa si ridurrà della metà e la carne risulti ben cotta; Togliere dalla salsa la carne e le ossa spolpate; Ridurre la carne a pezzetti non troppo piccoli con le mani o con un coltello, poi rimetterla nel sugo; Rosolare in un’altra padella le rigaglie di pollo nell’olio Extra Vergine d’Oliva e sfumare nel vino cotto, poi unirle al sugo; Ultimare la cottura per circa 15 minuti. La besciamella Bollire il latte con sale, pepe e noce moscata; Far sciogliere il burro in un pentolino e unire la farina in modo da ottenere un composto uniforme; Aggiungere lentamente il latte caldo fino a realizzare una crema liscia di colore bianco con puntini marroncini-neri. La pasta Impastare la farina con i tuorli, le uova intere, il vino cotto, un goccio di olio extravergine di oliva, fino a formare un composto liscio e compatto; Far riposare in luogo fresco per circa 1 ora; Stendere la pasta facendo una sfoglia sottile, da tagliare a rettangoli da 10 x 15 cm e poi scottare in acqua bollente salata per pochi minuti; Raffreddare in acqua fredda, scolare e disporre i quadri di pasta su di un canovaccio per farli asciugare. Finitura Imburrare una teglia da forno rettangolare e disporre a strati la pasta, il sugo, poca besciamella e formaggio grattugiato, ripetendo l’operazione per 7/8 volte; Nell’ultimo strato mettere solo il sugo ed il formaggio grattugiato, che formerà una crosticina dorata; Infornare a 180° per 40 minuti; Servire ben caldo. |

|  |
| --- |
| **Baccalà con cardi** |
| **RM80** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Cupra Marittima, Grottammare** |
| **DESCRIZIONE** | Piatto tipico nella mia famiglia nel periodo natalizio e soprattutto la vigilia di Natale a casa Ficcadenti. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 6/8 persone: 1 pinna di baccalà da 1,400 kg da ammollare 3 giorni e 3 notti, 4 patate, 3 carote, 3 coste sedano, 2 cipolle, 1 cardo, 1/2 litro olio extra vergine, 500 g pomodori pelati, 2 ciuffi prezzemolo, 30 g pepe nero,sale |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparare tutti gli ingredienti, baccalà ammollato pulito e spezzato, cardi puliti e sbollentati in acqua bollente oper 5/10 minuti, patate pulite e tagliate in 4, sedano, cipolle, carote tagliate a pezzetti piccoli, vino, pelati spezzettati.Iniziare mettendo 1/2 dell'olio, sedano carote cipolle e sopra a raggiera i pezzi di Baccalà (la pelle del baccalà sopra ) e tra un pezzo e l'altro un pezzo di patata e uno di cardo. Completare con il pomodoro prezzemolo lasciato intero, pepe, l'altra 1/2 dell'olio e 1 bicchiere vino bianco. Accendere la fiamma media, al bollore abbassare e mettere a fuoco basso. Assaggiare le verdure e aggiustare. Non girare mai i pezzi di Baccalà, devono rimanere interi. 45/60 minuti di cottura. Spegnere far riposare 30 minuti Buon appetitoCottura sul gas con pentola buon fondo ,alta 15/20 centimetri. |

|  |
| --- |
| **Brodetto alla fanese** |
| **RM81** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Fano** |
| **DESCRIZIONE** | il BRODETTO ALLA FANESE nasce sui pescherecci con il pesce "rotato" (ovvero il pesce rotto o rovinato, che non si poteva vendere al mercato). Questo pesce veniva poi usato per mangiare a bordo, veniva utilizzato per fare la famosa "rustita, il potacchio, i sughi, il brodetto etc". Il dott. Piccinetti della biologia marina di Fano afferma che per fare un buon brodetto va utilizzato qualsiasi tipo di pesce che si trova sul fondale e che viene "tirato su dalla rete" ("saccata", detta in gergo marinaro). |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 500/600 g di pesce già pulito (seppia, razza, palombo, gattuccio, gallinella, coda di rospo, triglia, tracina, pesce prete, canocchie, gamberi), olio Evo, 1 cipolla bianca, sale e pepe q.b., 1 bicchiere vino bianco, 1/2 bicchiere aceto, 2 cucchiei doppio o triplo concentrato di pomodoro |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Tagliare la cipolla finemente, aggiungere olio EVO, far soffriggere, aggiungere la seppia tagliata a listelli, dopo che avete rosolato la seppia. Prima sfumare con del vino bianco poi aggiungere poco dopo l'aceto di vino e finire di sfumare. Aggiungere un po' di acqua o del brodo di pesce (consigliato) e il conentrato di pomodoro. Quando il tutto si è amalgamato aggiungere in sequenza e ben disposti i pesci che non hanno spine, aspettare 5min poi aggiungere i pesci con le spine, assicuratevi che il sugo copra bene il pesce, coprire, attendere 15/20 min. (a fuoco lento) aggiungere una macinata di pepe fresco e servire.....buon appetitoCottura 40 min circa a fuoco lento |

|  |
| --- |
| **Coniglio fritto** |
| **RM82** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Carassai** |
| **DESCRIZIONE** | Il coniglio panato è un piatto tradizionale delle Marche soprattutto della zona del fermano, semplice ma ricco di sapore, che si prepara abitualmente in molte famiglie. La sua preparazione prevede la panatura del coniglio, che viene poi fritto fino a dorarsi e diventare croccante. Questo piatto, tipico della cucina rurale marchigiana, è perfetto per essere servito come secondo piatto durante un pranzo festivo o una cena in famiglia. La carne di coniglio, delicata e magra, viene arricchita da un'impanatura croccante e saporita, che conferisce una nota irresistibile di gusto. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 coniglio (1,6 kg circa), 4 uova, sale e pepe nero macinato al momento, 1 pizzico di noce moscata grattugiata, scorza di un limone biologico, pane grattugiato, olio di semi di arachidi per la fritturaPer 4-6 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Il coniglio fritto è un ricetta molto gustosa: la carne rimane morbida e allo stesso croccante per via della panatura. Per preparare il coniglio fritto devi tagliare a pezzi piccoli il coniglio e sciacquarlo bene in acqua calda. In una ciotola capiente sbattere le uova con una frusta a mano e aggiungere il sale, il pepe macinato al momento, la noce moscata e la scorza grattugiata di un limone. Mettere i pezzetti di coniglio a bagno in questo composto, girarli bene e lasciar riposare per 30 minuti circa. Questo passaggio serve ad insaporire per bene il coniglio e a renderlo più morbido quindi se si ha tempo lasciarlo anche per un’ora, ovviamente in frigorifero per coperto. Volendo lasciarlo riposare tutta la notte in frigorifero e la mattina seguente passare alla panatura. Prelevarer con una paletta forata i pezzetti di coniglio dal composto di uova, scolarli per bene e passali nel pangrattato premendo con le mani per far aderire il pane grattugiato alla carne. Friggere i pezzettini di coniglio panato in abbondante olio di semi e cuocere per circa 6-7 minuti, girandoli per garantire una cottura uniforme. Non tenere la fiamma troppo alta altrimenti si rischia di non cuocerlo bene all'interno. Si può cuocere il coniglio panato anche al forno: adagiare i pezzi di coniglio panato sulla teglia foderata con la carta forno. Irrorare il coniglio panato con un filo di olio extravergine di oliva e inforna a 180° gradi per 30 minuti. Il tempo di cottura dipende dalla grandezza dei pezzetti, a me piacciono molto piccoli perché lo trovo più stuzzicanti ma non voglio influenzarti quindi segui le tue preferenze. Dopo dieci minuti girare delicatamente i pezzetti di coniglio panato e continua la cottura fino a doratura. Sfornare il coniglio panato cotto al forno e servirlo con delle fettina di limone. |

|  |
| --- |
| **Cotolette di agnello al vino rosso** |
| **RM83** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Acquasanta Terme** |
| **DESCRIZIONE** | È un piatto tipicamente invernale |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 4 cotolette di agnello, sale e pepe qb, 2 cucchiai di olio di oliva, metto mazzetto cipollotti, 80ml vino rosso, 250 ml brodo vegetale, 1 spicchio d’aglio, 50 gr pan grattato, 1 cucchiaino senape, 4 cucchiai burro, 1 cucchiaino timo fresco tritato |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preriscaldare il forno a 200 gradi, eliminare grasso e vene dalle cotolette, scaldare olio in una padella adatta al forno e cuocere le cotolette su ambo i lati per un minuto a fuoco vivace. Infornare la padella e lasciare cuocere per 8 minuti. Poi estrarre la carne dalla padella e tenerla in caldo. Lavare i cipollotti e tagliarli ad anelli. Estrarre dalla pentola l’olio ma lasciarne circa un cucchiaio per rosolare i cipollotti. Poi bagnare con vino rosso e brodo e lasciar assorbire la salsa per metà. Pelare e tritare l’aglio, poi mescolarlo con il pangrattato. Condire la salsa con burro e timo. Aggiungere sale e pepe. Servire la carne con la salsa. Accompagnare con patate al forno.20 minuti, più il tempo di brasare e friggere |

|  |
| --- |
| **Uova in trippa (Frittata in trippa)** |
| **RM84** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Carassai** |
| **DESCRIZIONE** | È una versione "povera" della trippa di manzo in umido. Nelle famiglie contadine la carne si mangiava solo nei giorni di festa e in questo piatto è sostituita dalle uova, che invece abbondavano nelle cucine delle case rurali. Era un piatto unico molto nutriente capace di dare energia per affrontarei lavori in campagna. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 10 uova, 5 cucchiai di pane grattugiato, 5 cucchiai di formaggio pecorino, un mazzetto di prezzemolo, 2 gambi di sedano, sale q.b., 10 foglie di menta, una cipolla grande, 1,5 litri di passata di pomodoro, olio q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Sbattere le uova in una ciotola, aggiungere il formaggio, il pane grattugiato, la menta e il prezzemolo tritati e il sale. Prendere una padella antiaderente e versare l'olio. Fare scaldare e versare il composto di uova. Cuocere bene da entrambi i lati in modo da ottenere una frittata ben dorata e spessa 2 centimetri circa. Posizionarla su un tagliere e tagliarla a striscioline lunghe circa 3 cm. Prendere una pentola e aggiungere l'olio e la cipolla tagliata finemente e farla imbiondire. Aggiungere la passata di pomodoro, il sedano tritato e il sale e far cuocere per circa 15 minuti. Inserire poi le striscioline di frittata e far cuocere per 20 minuti circa. Servire calda e con abbondante pane. |

|  |
| --- |
| **Goletta con la salvia** |
| **RM85** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Fossombrone** |
| **DESCRIZIONE** | La goletta con la salvia è una antica ricetta contadina che veniva preparata nelle campagne del Montefeltro, durante la stagione invernale, quando si ammazzava il maiale. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 rametto salvia, 12 fette goletta, 1/2 bicchiere acetoPer 4 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | In una padella mettere le fette di goletta con la salvia spezzettata con le mani. Quando sono rosolate e croccanti, versare un 1/2 bicchiere di aceto, lasciare evaporare per alcuni minuti a fiamma viva. Servire la goletta con il fondo di cottura accompagnandola con fette di pane sciapo.10 minuti |

|  |
| --- |
| **Maialino al vino cotto e cipolline!!!** |
| **RM86** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Origini contadine nelle Marche, in quanto il maiale era sempre presente nelle case di campagna e si usavano erbe aromatiche e condimenti di facile reperimento. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone.3,5 kg coscio o spalla di maialino, 300 g pancetta a fette, erbe aromatiche (rosmarino, aglio, alloro, salvia, timo, cipolline), vino rosso e vino cotto,olio,sale e pepe q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Prendere un coscio o spalla di maialino fare insaporire per circa 12 ore con le spezie di cui sopra, bagnato con vino rosso, coprire e mettere in frigo, senza salare. Prendere un tegame da forno, coprire con carta forno, mettere il maialino con relativa marinatura e due bicchieri di vino cotto, salare, coprire con fette di pancetta e mettere un po' d'olio evo sul fondo, coprire tutto con carta forno e foglio alluminio, dopo un'ora e mezza circa scoprire il tutto ed aggiungere le cipolline, bagnare con fondo di cottura e vino cotto, mettere la temperatura a 250 per 30 minuti circa, aggiungere del brodo sul fondo nel caso sia troppo ascitto. Una volta che la parte superiore è rosolato fare rosolare la parte con la cotenna fino a renderla croccante. Far riposare per 15 minuti circa, sporzionare e servire con sopra fondo di cottura e cipolline!!!Un' ora e mezza a 180/190 gradi coperto, 30 minuti a 250 gradi scoperto. |

|  |
| --- |
| **Moscioli selvatici del Conero ripieni** |
| **RM87** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Ancona** |
| **DESCRIZIONE** | I moscioli ripieni sono un piatto della cucina del contadino pescatore. Il contadino, che abitava nelle zone limitrofe al mare, integrava la propria alimentazione e reddito con i prodotti della pesca. Molluschi, pesce azzurro, frutti di mare in genere, ecc. La carne era poca! Si prendevano i mitili e si aprivano rigorosamente da crudo affinché restasse dell'acqua di mare. In ogni mosciolo si metteva un pezzetto di filo bianco da imbastire, si riempiva il mitilo con l'impasto preparato a parte e si chiudeva girando più volte il filo per racchiudere il composto. Si immergevano dentro il sugo di pomodoro, appena bolliva, dove si era soffritta una cipolla e prezzemolo, aggiungendo poco sale, pepe o peperoncino. Dopo una mezz'ora era pronto. L'impasto era costituito da poca carne (magro, maiale, a volte anche pollo) mollica di pane secco bagnato appena da olio e acqua ricavata dai moscioli aperti con prezzemolo e poco aglio. La cosa divertente era togliere il filo da imbastire dalla scorza del mosciolo (mentre il sugo schizzava dappertutto) e per liberare il ripieno che appariva ricoperto interamente dal mosciolo che sembrava abbracciarlo. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 kg e mezzo di Mosciolo selvatico del Conero (possibilmente abbastanza grosse) da aprire a crudo evitando che perdano la loro acqua, 3 etti di carne mista (maiale, manzo, pollo), un pezzo di pane secco tipo (pane a pasta fitta) un panino di medie dimensioni, 8 etti circa di passata di pomodoro, due manciate di prezzemolo tritato (una più finemente per l'impasto e una più grossolanamente per il sugo da aggiungere anche in parte sopra a fine cottura), olio extravergine di oliva, cipolla, aglio, sale, pepe/peperoncino, mezzo bicchiere di vino bianco. Le dosi per l'impasto dipendono molto dalla grossezza delle cozze. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Si soffrigge in olio, per pochissimo tempo, cipolla e prezzemolo, si aggiunge il pomodoro. Quando comincia a bollire si posano sulla pentola bassa le cozze e si aggiunge il vino. Si copre il tutto e si lascia cuocere a fuoco moderato per una mezz'ora. Si apre ogni tanto per controllare la consistenza del sugo che non deve risultare acquoso.A fine cottura si spolvera di prezzemolo (tritato più grossolanamente o più finemente), un po' d'olio, si presenta sul piatto con fette di pane abbrustolito. Il filo da imbastire che lo avvolge va tolto prima ...si perde il divertimento ma si salvano gli abiti (utile in caso contrario un bel bavaglino) |

|  |
| --- |
| **Piccione Ripieno** |
| **RM88** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Monte Cavallo** |
| **DESCRIZIONE** | Il piccione ripieno marchigiano è un piatto tradizionale delle Marche, in particolare delle zone interne, dove l’allevamento dei piccioni era molto comune già nel Medioevo. Questa preparazione è il risultato di un'evoluzione culinaria che combina l'uso della selvaggina da cortile con ingredienti semplici ma ricchi di sapore. Le origini di questa ricetta risalgono al Medioevo e al Rinascimento, quando il piccione era considerato una prelibatezza riservata alle classi più abbienti, come nobili e clero. I monasteri e le grandi dimore marchigiane avevano spesso colombaie, dedicate all'allevamento dei piccioni, che fornivano una fonte costante di carne pregiata. Nel corso dei secoli, il piccione è diventato un piatto tipico delle festività e delle occasioni speciali, preparato nelle cucine delle famiglie contadine con ripieni variabili a seconda della disponibilità degli ingredienti. Qualcuno lo serviva anche alle donne che avevano da poco partorito come "ricostituente", poichè ricco di sangue (ferro). |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1 piccione pulito, 350 g macinato di vitellone, 250 g ciauscolo, maggiorana, salvia, rosmarino, timo, aglio, 1 uovo, 200 g pane raffermo ammollato nel latte, parmigiano grattugiato, sale, pepe, pancetta di maiale q.b. per avvolgere il piccione, 1 patata media |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Pulire il piccione internamente e esternamente. Preparare il ripieno con la carne macinata, il ciauscolo, il trito dierbe e aglio, impastare il tutto unendo il pane raffermo ammorbidito nel latte, il parmigiano, l’uovo (intero), il sale e il pepe. Farcire il piccione con il preparato e richiuderlo con della rete da arrosti. Mettere il piccione in un tegame unto, le patate in dadolata attorno, insaporite con aglio, sale e rosmarino e due fette di pancetta sopra il piccione. Cuocere al forno a 180° per 40 min. Una volta cotto, sezionare per lungo a metà e servire in pirofila con le patate attorno. |

|  |
| --- |
| **Pollo 'ncip 'nciap** |
| **RM89** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Offida** |
| **DESCRIZIONE** | Un secondo piatto tipico di Offida, stupendo borgo in provincia di Ascoli Piceno, arroccato in posizione panoramica su uno sperone roccioso e famoso per l'antica tradizione dei pizzi e merletti a tombolo. Conosciuto anche per il suo storico carnevale, che risale alla metà del ‘500, Pollo ‘ncip n’nciap era il classico piatto di campagna della domenica, amato anche dai più piccoli per la sua bontà e semplicità. Una vivanda che faceva “evadere” dalla cucina quotidiana che era, quasi sempre, a base di cereali e legumi. Questo curioso e divertente nome, ‘ncip n’nciap, sembra derivi dal rumore che produce il trinciapollo mentre taglia il pollo a pezzetti, ma non tutti sono concordi: c’è chi sostiene che l'espressione ‘ncip 'nciap indichi qualcosa da preparare in maniera veloce, come a dire "in quattro e quattr'otto". Alcuni ritengono che il nome derivi dal rumore che si fa intingendo il pane nel sugo presente nel piatto. Scegliate voi quello che vi è più simpatico. Per noi valgono tutti e tre! |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1,2 kg polio lavato, nettato e tagliato a pezzi, 4 spicchi aglio, 1 rametto rosmarino, qualche fogliolina salvia, 1 bicchiere vino bianco secco, sale e pepe |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Scaldare in padella l’olio con gli spicchi d’aglio, il rametto di rosmarino e salvia, aggiungere il pollo spezzato e rosolarlo in ogni sua parte, a fiamma vivace, mescolando spesso. Abbassare la fiamma e lasciare cuocere 40 minuti Quando la cottura è quasi ultimata bagnare con del vino che deve evaporare completamente. Aggiungere sale e pepe. (Possono essere ammessi anche 2 pomodori freschi ma generalmente è bianco. Se non ci sono bambini ci sta bene anche il peperoncino) |

|  |
| --- |
| **Quaglie incartate** |
| **RM90** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Fermo, Macerata** |
| **DESCRIZIONE** | Piatto del periodo invernale durante il quale in cucina si sapeva sapientemente utilizzare la frutta di stagione, grazie all'abile maestria delle donne di un tempo, nella diversificazione delle pietanze di tutti i giorni. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 400 g quaglie pulite, 200 g mela rosa, 200 g castagne, 200 g pancetta di maiale, 50 g vino bianco, 20 g olio EVO, alloro, rosmarino, aglio, sale e pepe q.b. |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Una volta pulite e lavate accuratamente le quaglie farcire con un composto di mela rosa in dadolata fine e polpa di castagne lessate e sminuzzate; il tutto aggiustato di sale e pepe. Fatta quest'ultima operazione "incartere le quaglie" cioè rivestirle bene con delle fette sottili di pancetta fermandole con uno stecchino. A questo punto adagiarle in una casseruola con l'olio e le erbe aromatiche, mettere a fuoco moderato a recipiente coperto, avendo cura di girarle per farle dorare in tutte le parti, indi bagnare con il vino bianco sempre a recipiente coperto, portare a cottura. Le quaglie possono essere servite intere oppure tagliate a medaglioni accompagnate con il fondo di cottura e, se gradita, con una verdura cotta, il tutto sempre ben caldo. |

|  |
| --- |
| **Rose dei Sibillini con salsa di zafferano** |
| **RM91** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Sibilllini** |
| **DESCRIZIONE** | Piatto storico dei Sibillini, che esalta lo zafferano |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | filetto di maiale, cipolla, 2 mele dei Monti Sibillini, 1/2 bicchiere di birra, sale e pepe, olio extravergine di oliva Per la besciamella: latte, burro, farina, sale, pistilli di zafferano Per la sfoglia: farina, uova, acqua |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Rosolare in olio e cipolla i bocconcini di maiale salare e pepare sfumare con birra ed aggiungere le mele, con tutta la buccia. Far raffreddare e passare al tritacarne in modo da ottenere un composto morbido, compatto. Impastare farina uova e poca acqua, tirare l'impasto e formare con la rotella dei rombi di 6-7 cm mettere dentro l'impasto di carne ottenuto e chiudere a saccottino cuocerli in acqua bollente e salata. Ora facciamo la besciamella mettere sul fuoco burro e farina ed aggiungere latte tiepido salare e unire pistilli di zafferano che precedentemente devono essere tenuti a bagno in acqua poca e calda, con questa crema spadellare le rose dei Sibillini e servirle calde. |

|  |
| --- |
| **Stoccafisso in umido con le patate** |
| **RM92** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Carassai, Cossignano, Montelparo, Petritoli** |
| **DESCRIZIONE** | Questa è una ricetta tradizionale marchigiana per la festa di Sant’Antonio (17 Gennaio). Ma la prima domanda che ti starai ponendo è: “Come mai un ingrediente che possiamo definire del Nord Europa, è protagonista di una ricetta tradizionale del Centro Italia?”. Lo stoccafisso e di conseguenza lo stoccafisso in umido con le patate come sono arrivati in terra marchigiana? Nel 1432 l’imbarcazione con a bordo un commerciante veneziano di nome Pietro Querini, durante un viaggio di ritorno dalla Norvegia, andò in avaria a causa di una tempesta e rimase alla deriva per molti giorni, finché non finì per arenarsi sulle isole Lofoten. Tutto l’equipaggio, stremato, si mise alla ricerca di cibo, finché non trovarono un enorme merluzzo, accesero il fuoco per cuocerlo e le fiamme attirarono l’attenzione degli abitanti di un villaggio vicino che diedero ospitalità ai marinai. Quando Pietro Quarini salpò per rientrare in patria aveva a bordo un carico di stoccafisso e grazie a lui il commercio di questa pietanza si diffuse in tutte le città di mare, Ancona compresa. In seguito Baldassarre Vandergoes, un ricco mercante che si era trasferito ad Ancona dai Paesi Bassi, avviò nel 1600 l’importazione dello stoccafisso direttamente dalla Norvegia. Sant’Antonio Abate è il protettore degli animali domestici, raffigurato con affianco un maiale, simbolo della lussuria contro cui il santo dovette combattere in vita. La festa di Sant’Antonio è stata da sempre molto celebrata dai contadini e durava tre giorni. Dopo la celebrazione della messa il prete si recava nelle fattorie dei contadini e benediceva le stalle. Il parroco in dono lasciava l’immagine del santo che veniva affissa nella stalla e in casa, in cambio riceveva un'offerta in denaro o prodotti della fattoria. Poi si organizzava il pranzo a cui però partecipavano solo gli uomini poiché le donne erano addette alle cucine. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Per 4 persone: 600 g stoccafisso (di prima qualità (Ragno/Westre)), 1 cipolla (media grandezza), 2 coste sedano verde, 1 carota, 1 peperoncino (facoltativo), 800 g patate, 150 g olio extravergine d’oliva (facoltativo metterne anche 250 g), 750 g polpa di pomodoro, 75 g triplo concentrato di pomodoro (mezzo tubetto), 300 g acqua q.b., sale q.b., pepe misto in grani |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Ancora oggi in alcuni paesi dell’entroterra marchigiano e nello specifico paesi come Cossignano, Carassai, Ripatransone, Petritoli le pro loco e le parrocchie organizzano il pranzo di sant’Antonio a cui partecipano solo uomini e viene servito lo stoccafisso in umido con le patate. Lo stoccafisso bisogna tenerlo in ammollo in acqua per 15 giorni avendo cura di cambiare l’acqua ogni giorno. Taglia lo stoccafisso a pezzi. Taglia a dadini il sedano verde, la cipolla e la carota e lavali accuratamente sotto l’acqua corrente. Per cuocere lo stoccafisso in umido con le patate c’è bisogno di una pentola molto capiente poiché i pezzi di stoccafisso non devono sovrapporsi fra di essi. Versa l’olio extravergine di oliva nella pentola.Per quanto riguarda la quantità di olio come avrai già notato negli ingredienti ho indicato due quantità diverse perché la ricetta tradizionale originale richiede molto molto olio, più di quanto noi siamo abituati ad usare oggi ma ciò dipende dalle abitudine contadine di un tempo. C’è anche da precisare però che lo stoccafisso rimane di per sé molto asciutto e secco quindi richiede abbastanza condimento. Io ne ho messo 150 g ma se preferisci puoi metterne di più. Aggiungi le verdure all’olio extravergine di oliva e fai soffriggere. Unisci i pezzi di stoccafisso e falli rosolare girandoli delicatamente. Aggiungi ora le patate tagliate a pezzi medio grandi e lascia cuocere per 5 minuti in modo che anche le patate si rosolano. Aggiungi il pepe misto macinato al momento e il sale. Unisci la polpa di pomodoro, il triplo concentrato di pomodoro e l’acqua calda. Aggiungi un altro pizzico di sale, copri con un coperchio e lascia cuocere per circa 1 ora e mezza a fiamma bassa. Trascorso il tempo valuta la consistenza del fondo di cottura e se lo preferisci più ritirato prolunga ancora di mezz’ora. Presta attenzione a non girare troppo per non sfaldare sia lo stoccafisso che le patate,quindi mescola delicatamente o ancor meglio scuoti la pentola prendendola dai manici. Se vuoi rendere questa pietanza piccante puoi aggiungere a fine cottura il peperoncino in polvere oppure peperoncino fresco anche a inizio cottura. Servi lo stoccafisso in umido con le patate ben caldo e se vuoi puoi tostare del pane casereccio da mangiare con il sugo dello stoccafisso. |

|  |
| --- |
| **Trippa alla canapina** |
| **RM93** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Ancona-Jesi** |
| **DESCRIZIONE** | Trippa alla canapina nasce come ricetta a Jesi, un tempo centro per la produzione di canapa, veniva consumata in compagnia accompagnata da abbondante ottimo Verdicchio. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 1kg trippa di vaccina, 1 cipolla, 2 coste di sedano, 1 spicchio d'aglio, 50 g lardo macinato, 2 carote, mezzo bicchiere olio extra vergine, 2 rametti di maggiorana, 1 scorzetta di limone, 5 pomodori maturi pelati, 1 mestolo di brodo, 200 g parmigiano reggiano (se avete anche croste di parmigiano, aggiungetele!) |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Preparare un trito con la cipolla, uno spicchio d'aglio, sedano, carota e del lardo macinato. Il tutto dovrà rosolare in una pentola con un mezzo bicchiere d'olio. Tagliare a listarelle la trippa, già bollita, e farla rosolare nel trito. Salare, pepare e aromatizzare con la maggiorana e una scorza di limone. Unire dei pomodori pelati senza semi, diluire con un mestolo di brodo, aggiungere il parmigiano e le croste di parmigiano, se le avete, e lasciare cuocere. A fine cottura, quando la salsa sarà bella densa, spolverizzare con abbondante parmigiano la trippa alla canapina e servitela a tavola ben calda . |

|  |
| --- |
| **Uova in trippa** |
| **RM94** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Ascoli Piceno, Fermo** |
| **DESCRIZIONE** | Le uova in trippa sono un piatto tradizionale delle Marche, che affonda le sue radici nella cucina contadina e povera della Regione. Questo piatto semplice, ma ricco di sapore, non manca mai nelle tavole poiché utilizza ingredienti che tutti abbiamo in casa. Si chiamano così per la presenza della maggiorana, erba aromatica usata per la cottura della trippa, e per l’aspetto del piatto perché la frittata viene tagliata a listarelle come fosse trippa. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | 8 uova, 20 g parmigiano grattugiato, sale q.b, pepe misto in grani q.b., 1 pizzico noce moscata, scorza di limone q.b., 750 ml polpa di pomodoro, 1 carota, 1 cipolla, 2 spicchi aglio, 1 mazzetto maggiorana q.b., olio extravergine d’olivaPer 4 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Per prima cosa si dovrà fare una frittata. Sbattere le uova in una ciotola e aggiungere il sale, il pepe misto macinato al momento, un pizzico di noce moscata, il parmigiano grattugiato e un pò di scorza di limone grattugiata. Io per praticità e per far venire la frittata abbastanza sottile ne ho fatte 2 con una padella di circa 26 cm di diametro. Mettere un pò di olio extravergine di oliva nella padella antiaderente e versarci metà composto di uova e fai una frittata alla volta. Sistemare le frittate in un piatto e prenderne una alla volta appoggiarla su un tagliere e arrotolare la frittata per poi tagliarla a listarelle sottili. Mettere le striscioline di frittata in un piatto. Ora occupatrsi del sugo. In una pentola scaldare l’olio extravergine di oliva con gli spicchi di aglio, la cipolla e la carota tagliate a dadini piccoli. Unire alcune foglioline di maggiorana lavate e far soffriggere per qualche istante. Aggiungere la polpa di pomodoro e regola di sale. Coprire con un coperchio e lasciar cuocere per 15 minuti circa. Ora aggiungere le striscioline di frittata e continuare a cuocere per altri 5/8 minuti. Prima di servire le uova in trippa aggiungere la maggiorana e per chi lo desidera un pò di parmigiano grattugiato o peperoncino! Le uova in trippa sono un piatto unico, molto sostanzioso soprattutto se accompagnato da una bella fetta di pane fresco e fragrante!30 minuti circa |

|  |
| --- |
| **STOCCAFISSO ALL'ANCONETANA (Ricetta Deco)** |
| **RM95** | **CATEGORIA** | **CITTA’** |
|  |  |
| **Secondo** | **Porto Recanati** |
| **DESCRIZIONE** | La storia dello stoccafisso all'anconetana risale a metà del XVI° secolo quando dalla Norvegia arrivarono prodotti a basso costo e dalla lunga conservazione, capace di combattere la fame nella Marca di Ancona. Diffusosi sia nella costa che nell'entroterra, la ricetta dello stoccafisso cambiava in ogni casa fino ad approdare nelle osterie. Ivi acquisì una connotazione tipica dell'attuale piatto: l'aggiunta di ingredienti sapidi che l'hanno reso celeberrimo in tutta la penisola. Nel dopoguerra divenne specialità gastronomica identitaria territoriale. La sua modalità di preparazione è riportata di seguito. |
|  |
| **INGREDIENTI E DOSI** | Kg 1 di stoccafisso già bagnato e pulito Kg 1.5 di patate gr 400 pomodori tondi tipo pendolino gr. 250 olive gr. 500 olio oliva extravergine 2 bicchieri vino bianco Verdicchio sedano- carota- cipolla- acciughe -tonno- capperi-aglio- rosmarino- sale-pepe-peperoncino-per 4 persone |
|  |
| **PREPARAZIONE E COTTURA** | Tagliare lo stoccafisso (già pulito dalla lisca e dalle spine più grandi) a pezzi e predisporli in una teglia dal bordo alto; tagliare i a metà i pomodorini, salare e pepare e condire con un pochino d'olio. Sbucciare le patate tagliate a grande spicchi di dimensioni uguali, salare pepare e condire. Preparare un trito con tutti gli odori a disposizione, unitamente alle acciughe, al tonno e ai capperi. Diluire il composto con abbondante olio; unire il tutto allo stoccafisso. Cospargere con un'abbondante metà di olive e pomodorini; disporre sopra le patate già condite coprendo bene lo stocco; cospargere con i rimanenti pomodorini e olive , aggiungere il restante olio d'oliva e il vino allungato con un pochino d'acqua. facendo attenzione che raggiunga il fondo della teglia senza togliere il condimento alla composizione. Infornare e proseguire la cottura per oltre due ore.In teglia al forno |