

Polpo "agghiotta" con patate



Tagliare il polpo a pezzetti. Pelare e tagliare le patate a quadretti in forma simile al polpo.

In una casseruola soffriggere con dell'olio d'oliva extra vergine lo spicchio d'aglio, la cipolla tritata e i capperi. Aggiungere il polpo e rosolatelo con i pomodorini pachino tagliati in quattro e le olive denocciolate.

Sfumate con un bicchiere di vino bianco.

Aggiungere, quindi, le patate, la polpa di pomodoro, un po' d'acqua, il concentrato, la foglia d'alloro e l'origano.

Controllate la cottura del polpo e delle patate, aggiustate di sale e aggiungete eventualmente dell'acqua se non è ancora cotto. Servite caldo con del prezzemolo tritato e dei crostoni di pane.

1 kg di polpo
200 gr di pomodorini pachino
200 gr di polpa di pomodoro
100 gr di olive nere
Concentrato di pomodoro
300 gr di patate
1 bicchiere di vino bianco
Olio extra vergine di oliva
1 cipolla rossa
1 spicchio d'aglio rosso di Nubia
1 cucchiaino d'origano
Prezzemolo
1 foglia d'alloro
50 g di capperi di Pantelleria
50 g di pinoli
Svale e peperoncino q.b.



CUSTOMACI



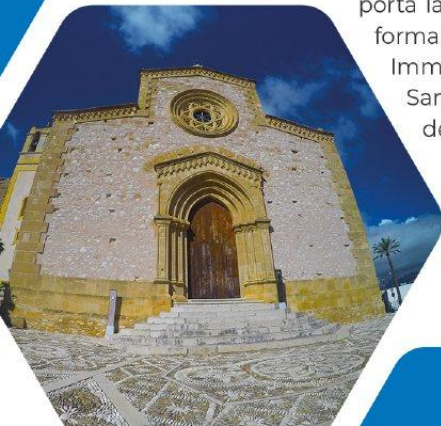
Itinerari del gusto





LA CITTA'

Custonaci è conosciuta nel mondo come il secondo bacino marmifero d'Europa, esteso 62 chilometri quadrati. Oggi viene estratto il Perlato di Sicilia, con fondo color avorio chiaro, arabescato in marrone più o meno scuro e con chiazze di pura calcite che rimandano al colore madreperlaceo dell'interno delle conchiglie. Il pregiato marmo del luogo, che è stato impiegato anche nella Basilica di San Pietro in Vaticano e nella Reggia di Caserta, è stato utilizzato anche per parte degli arredi e delle decorazioni del cinquecentesco Santuario del paese, dedicato alla veneratissima Madonna di Custonaci. Da non perdere, nella settimana che precede l'ultimo mercoledì di agosto, i festeggiamenti in onore della Patrona, con lo sbarco dal mare di una copia del veneratissimo quadro della Vergine custodito nella Chiesa, rappresentazione di un culto tra i più popolari e sentiti in tutto l'agro ericino fin dal XVI secolo. Secondo la leggenda, infatti, una nave, recante un dipinto della Vergine, trovò miracolosamente scampo da una tempesta presso Cala Buguto, a Comino, e perciò i marinai decisero di innalzare qui un luogo di culto in onore di quella che da allora divenne la Madonna di Custonaci e che è anche la patrona di Erice e Valderice. Lo spettacolo è davvero suggestivo: all'imbarcazione che porta la tavola cinquecentesca si affiancano le barche dei pescatori, formando una vera processione in mare. Una volta a terra, la Sacra Immagine, posta su un carro, viene trasportata a spalla sino al Santuario. I festeggiamenti si concludono con la processione della Madonna per le vie della città.



Custonaci è "Città Internazionale del Marmo", ma è anche "Civitas Mariae", unica città Mariana in Sicilia tra le cinque in Italia. E proprio in omaggio alla Madonna Madre, ma anche "delle Mamme e dei loro Cari che in mare hanno perso la vita in cerca della Libertà" (come si legge sulla targa posta alla sua base) è stata realizzata la statua di Stella Maris, poi immersa nelle acque della baia di Comino: scolpita nel Perlato di Sicilia, è alta 5 metri ed è stata posta su un fondale a 13 metri di profondità, davanti la costa di monte Cofano, nel punto esatto indicato da una boa rossa: basta una semplice mascherina per ammirarne la bellezza e la maestosità. Tesori naturali di Custonaci sono il Monte Sparagio e la Riserva Naturale Orientata di Monte Cofano, percorribile attraverso sentieri che offrono splendidi scorci panoramici, quali quello dall'antica torre d'avvistamento. Ai piedi di Cofano, oltre a calette di acque cristalline dai bellissimi fondali, si trova la baia di Comino con la sua spiaggia di ciotoli. Da visitare anche la Grotta Mangiapane, a Scorati, al cui interno usi e tradizioni locali rivivono in occasione del Presepe Vivente, a Natale, e del Museo Vivente nel periodo estivo.



GASTRONOMIA

La commistione fisica tra mare e montagna, in un paese che si sviluppa longitudinalmente rispetto alla costa, si ritrova anche in cucina dove agli ottimi piatti "di mare", spigole, saraghi, triglie, arrostiti, a ghiotta, fritti e al tonno, fresco o in conserva sotto sale, si aggiungono le pietanze della tradizionale cucina contadina con tutti i suoi sapori: verdure fresche anche selvatiche, formaggi di pecora e carni ovine come capretto e agnello arrostiti con alloro e rosmarino o cotti in un denso sugo di pomodoro.

Da gustare anche le cassatelle di ricotta in brodo, pasta fresca ripiena di ricotta, a forma di mezzaluna, cotte in brodo di gallina. Tipiche del luogo, le spincie, dolci "poveri" fatti di farina, latte e patate, una sorta di zeppole fritte, spolverate di zucchero alla cannella, che tradizionalmente accolgono il Natale. Immancabili le cassatelle ripiene di ricotta dolce e la pignolata, tocchetti di pasta frita e poi ricoperta di miele e zuccherini.

Polpette di sarde al profumo di finocchietto



In un "mortaro" (piccolo vaso solitamente di legno con pestello) sistemare gli spicchi di aglio con un po' di sale marino e pestarli fino a che non si ottenga un composto quasi cremoso.

Aggiungere il basilico e continuare a pestare.

Quindi mettere l'olio e rimestare.

Aggiungere il pomodoro lavorato precedentemente in piccoli pezzi molto fini: regolare con pepe e sale.

Pulire e deliscare le sarde privandole della testa: tritarle in punta di coltello.

In una ciotola, impastare le sarde con tutti gli ingredienti, regolare la consistenza dell'impasto con la farina e ricavare le polpette e friggerle in olio caldo. Mettere come lettiera il pesto e disporre le polpette.

500 g di sarde
100 g di pangrattato
1 uovo intero
30 g di pinoli
30 g di latte
30 g di pecorino grattugiato
Finocchietto di montagna
Farina di grano duro
Pepe, sale, olio EVO

Per il pesto:

Pomodoro rosso ben maturo
Aglio rosso di Nubia
Basilico
Mandorle pelate
Olio extra vergine di oliva
Sale e pepe q.b.



ERICE



Itinerari del gusto





Erice

LA CITTA'

La città di Erice sorge arroccata sulla cima del Monte omonimo che sovrasta la città di Trapani e il mare su cui si specchiano da un lato le Isole Egadi, dall'altro Bonagia e il Monte Cofano. Una posizione geografica eccezionale che, da tempi antichissimi, ha reso il sito luogo strategico per il controllo di un ampio territorio che comprendeva anche San Vito lo Capo, Custonaci, Valderice.

Le origini della città da sempre, sono legate al culto della Venere Ericina: prima ancora che fosse dedicato dai Fenici ad Astarte, il santuario di Afrodite, tempio della Venere Ericina, era già un luogo che attirava su questa vetta popolazioni da ogni parte del Mediterraneo. Sui resti del santuario, poi, i Normanni edificarono il loro Castello, fulcro di un sistema difensivo che comprendeva le torri del Balio quali fortificazioni avanzate, e le imponenti mura elimo-puniche, che, ancora oggi, circondano l'antichissimo borgo a cui si accede tramite le loro porte.

Una volta entrati, lo spettacolo è magico: le stradine basolate, alcune così strette da passarci a malapena, spesso avvolte dalla nebbia, si aprono improvvisamente su decine di chiese, edificate in quantità anche per contrastare il culto pagano; tante da poterne citare solo alcune: la splendida Matrice il cui interno è uno dei migliori esempi del neogotico in Sicilia e nella quale si trova la riproduzione del quadro della Madonna di Custonaci, patrona di Erice dal 1630; San Giovanni Battista arroccata su una rupe a strapiombo che si affaccia sul panorama mozzafiato della costa di nord-est;

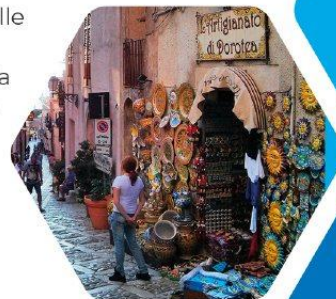
San Martino, in origine gotica ma, nel tempo, arricchita di marmi, stucchi e affreschi. E, ancora, San Giuliano, la cui facciata rinascimentale è scenografia per la piazzetta al centro della quale si trova la statua marmorea di Sant'Alberto degli Abati, co-patrono di Erice.

Ad Erice la vita familiare si svolge all'interno di piccoli, tipici cortili protetti da muri privi di aperture dentro i quali fioriscono campanule, gerani, ortensie e su cui si aprono le abitazioni ericine. Altrettanto tipiche del borgo le produzioni artigianali come quella dei tappeti dai vivaci colori, e della ceramica decorata a mano con motivi floreali o disegni geometrici tramandati dalla tradizione; prodotti che vengono proposti dalle numerose botteghe che si affacciano sulle vie del paese.

Immane sono anche le passeggiate al Giardino del Balio e la visita alla Torretta Pepoli, arroccata sotto al Castello e di recente restituita alla pubblica fruizione turistico-culturale. Erice è anche sede del Centro Internazionale di Cultura Scientifica "Ettore Majorana" che opera dal 1963 e che ha dato un forte impulso alla conoscenza della città nel mondo.

GASTRONOMIA

Per le vie del borgo è usuale essere avvolti dal profumo dei tipici dolci a base di pasta di mandorle, un tempo preparati dalle suore nei conventi di clausura e ancora oggi proposti secondo tradizione. Ampia la scelta tra i dolcetti di riposto, ripieni di conserva di cedro e ricoperti di glassa, i bocconcini di pasta di mandorle profumati di agrumi o di cioccolato, la frutta martorana, i mustazzoli odorosi di cannella, i quaresimali con mandorle intere, i belli-brutti, dalla forma irregolare e aromatizzati al limone. D'obbligo sono le genovesi, dolci di pasta frolla molto morbida ripiena di crema al latte, la cui degustazione potrà essere accompagnata da un bicchiere di liquore locale o dagli ottimi vini che si fregiano della Denominazione di Origine Controllata D.O.C. Erice. Ad Erice i profumi dei dolci si confondono da sempre con quelli delle proposte gastronomiche basate su preparazioni e ingredienti vari come varie sono le produzioni del territorio: le cassatelle di ricotta in brodo di gallina, le fave con il finocchietto di montagna, le "busiate", pasta fresca tipica, con il ragù di carne, i "frascatuli", piccolissime palline di semola, con i legumi, il cùscus di pesce che qui viene impreziosito da mandorle tritate, i piatti a base di prodotti di tonnara, un tempo provenienti da tutti gli stabilimenti attivi sulla costa.



Tonno "ammuttunato" al ragù



Per ammutunare il taglio di tonno fategli alcune incisioni e spingetevi dentro uno o due spicchi d'aglio insieme ad un rametto di menta. Massaggiate il tonno con sale e pepe e mettetelo a dorare a fuoco vivo in una ampia padella con olio EVO. Intanto in un tegame soffriggete a fuoco lento una cipolla tritata finemente con un pizzico di peperoncino. Sciogliete nel tegame un cucchiaino di concentrato di pomodoro con del vino bianco.

Lasciate sfumare e unite il concentrato di pomodoro e diluite abbondantemente con acqua. Aggiungete qualche spicchio d'aglio e qualche rametto di menta e portate a bollore. Salate, pepate e zuccherate a piacere. A questo punto potete immergere nel sugo di pomodoro il pezzo di tonno insieme all'olio nel quale lo avete rosolato. Ora, a fiamma bassissima lasciatelo cucinare un paio d'ore, quindi servite.

1,5 kg tonno rosso
400 gr concentrato di pomodoro
2 teste aglio
2 mazzetti menta
2 dl di olio d'oliva extra vergine
1 bicchiere vino bianco
Zucchero
Pepe, peperoncino e sale q.b



MARSALA



Itinerari del gusto



mipart FEAMP



Flag
Trapanese

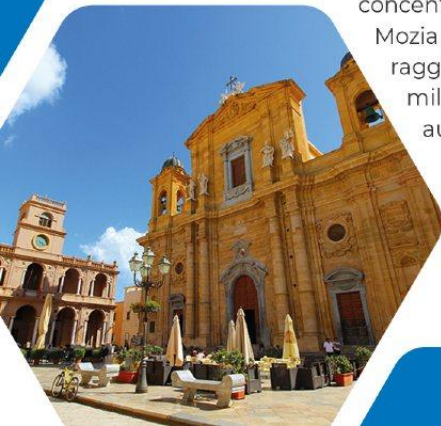


LA CITTA'

Terra di Sicilia leggendaria, sorge su Capo Boeo, punta estrema dell'Italia: lega il suo nome al vino marsala e alla storia della nostra Repubblica che da qui, l'11 Maggio 1860, Garibaldi avviò verso l'unificazione.

Fare due passi nel Cassaro o un'escursione fuori dalle storiche Porte, dà l'idea delle risorse e delle bellezze di Marsala, la quinta della Sicilia per popolazione con più di 85 mila abitanti. Si scopre così una città mediterranea e moderna, che si divide tra mare e terra.

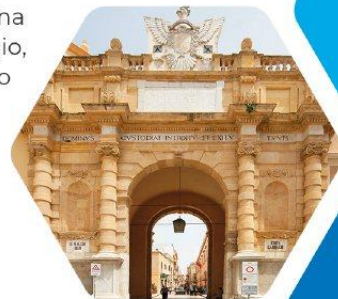
Con una propria identità, che affiora tra l'antico e il moderno Marsala conserva innumerevoli testimonianze. Il patrimonio artistico è ampio, con santuari e grotte, ipogei e strade sommerse, necropoli e terme, relitti di navi e anfore. Nel museo di Baglio Anselmi si custodiscono i legni della più antica nave punica da guerra, nonché i preziosi reperti delle recenti scoperte venuti alla luce nel Parco archeologico, le statue della Venere callipige e di Iside. Le strade, dove si affacciano antichi palazzi nobiliari in stile barocco, conducono il visitatore tra imponenti chiese, monumenti, le opere d'arte del Convento del Carmine, gli arazzi fiamminghi del Museo della Madrice e i bellissimi affreschi del Teatro comunale. Le testimonianze fenicio-puniche e romane sono concentrate nel cuore antico della città e, soprattutto, nell'isola di Mozia (San Pantaleo), l'antica città fenicia teatro di tante battaglie, raggiungibile in pochissimi minuti dalla terraferma, custode, tre le mille testimonianze, dell'imponente statua in marmo del giovane auriga Alcimedonte.



Quasi interamente recuperato, racchiuso tra vecchie mura e antichi bastioni, il cuore antico di Marsala pulsa in Piazza Loggia. In questa suggestiva cornice architettonica svettano maestosi la Cattedrale (dedicata a San Tommaso Becket) e il Palazzo VII Aprile (che ricorda i primi moti rivoluzionari dell'800). Il Cassaro, oggi via XI Maggio, spacca in due il centro. Da un lato il quartiere spagnolo con la storica Porta di Mare, il Santuario dell'Addolorata e la Chiesa del Purgatorio, Piazza San Girolamo e quella del Carmine con il campanile a scala elicoidale. Dall'altro, il quartiere ebraico dove sorge il cinquecentesco Complesso San Pietro a torre cuspidata e, poco distante, il Santuario della Madonna della Cava, patrona della città. Proseguendo lungo la via XI Maggio, tra viuzze e cortili, lo sguardo viene catturato dal settecentesco Palazzo Fici e da Porta Nuova. È questo l'ingresso nell'area archeologica di Capo Boeo, con l'antica strada romana, il decumano maximo, e la chiesa dedicata a San Giovanni Battista edificata sopra la Grotta della Sibilla lilibetana: un suggestivo ipogeo dove tuttora sgorga una sorgente d'acqua dolce.

GASTRONOMIA

Sapori, odori e colori del territorio si riscoprono lungo gli itinerari proposti dalla Strada del Vino di Marsala - Terre d'Occidente, nei ristoranti tipici, pasticcerie, botteghe del centro storico e delle borgate. Intensi i profumi del pane appena sfornato, del basilico e dell'olio d'oliva nel pane cunzatu, mentre un'amichevole atmosfera si respira gustando i tipici piatti marinari abbinati ai vini locali. E così, il pesce freschissimo dello storico mercato si ritrova nel cuscus, nella pasta con le sarde, nelle busiate con tonno. Antiche ricette siciliane, tramandate da nonne a nipoti, che deliziano ancora oggi la tavola delle famiglie marsalesi. Immancabili, poi, i dolci di ricotta, la cassata, i cannoli, i cappidduzzi o le golosità dei giorni di festa, come cassateddi con fichi secchi e mustazzoli al vino cotto, sfinci e frutta martorana. E infine, da assaporare non solo nei mesi caldi, il gelato artigianale. Prelibatezze da gustare con l'ottimo vino marsala: secco o dolce che sia, è il modo migliore per concludere una serata, prima di iniziare un'altra indimenticabile giornata lilibetana. Numerose cantine vinicole producono il famoso Marsala DOC, ricavato da uve Grillo, Catarratto, Damaschino, Inzolia, fra quelle a bacca bianca; Pignatello, Nero d'Avola, Nerello mascalese, fra quelle a bacca rossa.



Ghiotta di Pesce



Tritate una grossa cipolla e fatela appassire in olio di oliva, quindi aggiungete un trito di prezzemolo e 2 spicchi di aglio. Aggiungete un bicchiere di vino bianco secco e fatelo evaporare del tutto.

Aggiungete i pomodori rossi pelati e tritati.

Fate insaporire il sugo a fuoco basso e quando è asciutto unite una quantità di acqua pari al doppio del volume. Unite lo zafferano e fate cuocere a fuoco dolce questo brodo per 10 minuti dal momento del bollore. Filtratelo salate, pepate e rimettetelo sul fuoco. Quando il bollore riprende, aggiungete i pesci mettendo sotto quelli a carne ferma e sopra quelli a carne tenera. Fate cuocere a fuoco debole per circa 8-10 minuti dalla ripresa del bollore.

Versate la zuppa in piatti su cui siano disposte fette di pane casereccio abbrustolito.

2 kg di pesce da zuppa:
capone, gallinella, cepola, cernia,
donzella, grongo, anguilla, pagro,
rana pescatrice, rombo,
sampietro, sarago, scorfano,
merluzzo, triglia, etc
600 g di pomodori rossi pelati
1 cipolla
Prezzemolo
2 spicchi d'aglio
1 bicchiere di vino bianco secco
Zafferano
3 cucchiaini di olio Eco
Pepe e sale q.b.



MAZARA DEL VALLO

 *Itinerari del gusto*



 **Flag**
Trapanese



Mazara del Vallo

LA CITTA'

Mazara del Vallo, località in provincia di Trapani, sorge su un antico sito fenicio posto lungo la costa occidentale della Sicilia, tra Capo Boeo e Capo San Marco, sulla sponda sinistra della foce del fiume Mázaro. Si tratta di un grosso centro, un tempo racchiuso dentro le mura normanne, con le numerose chiese monumentali e un suggestivo quartiere a impianto urbanistico islamico tipico delle medine, chiamato Casbah. Mazara del Vallo ospita numerosi monumenti che rievocano le diverse culture che hanno caratterizzato il territorio.

Da vedere il suo caratteristico centro storico, chiamato Casbah, insieme labirintico di viette che caratterizza la parte di tessuto urbano più antico della città di matrice araba, caratterizzato da un groviglio di stradine che ricordano le medine islamiche. Cuore pulsante della città è il suo porto, sempre gremito di gente impegnata nella compravendita del pesce e proprio qui vicino si trova la chiesa normanna di S. Nicolò Regale, edificata nel 1124, splendido gioiello del periodo normanno del quale rimane anche un arco ogivale del castello fatto erigere da Ruggero. Addentrandosi nel centro si giunge in piazza Plebiscito, delimitata dalla facciata della chiesa S. Ignazio e dall'attiguo ex-collegio dei Gesuiti (XVII sec.) con le sue 24 colonne doriche e la meraviglia degli archi imponenti. Piazza della Repubblica è la principale piazza cittadina sulla quale si affacciano il Palazzo Vescovile del XVI secolo e il Palazzo del Seminario vescovile del 1710. Da visitare il Museo diocesano, che raccoglie un ricco patrimonio di argenti della cattedrale, paramenti sacri e suppellettili liturgiche.



Altre chiese che meritano una visita sono quella di San Michele del XII secolo, quella di Santa Caterina del 1318.

Da non perdere durante la visita della città: il satiro danzante, ospitato nell'omonimo museo, esempio raro di statuaria bronzea greca, realizzata da Prassitele, tra il 375 ed il 326 a.C., la Chiesa di San Francesco, esempio di barocco siciliano ricco di policromia e decorazioni, la cattedrale del Santissimo Salvatore con il suo affresco della cupola centrale raffigurante il Giudizio Universale, il teatro Garibaldi, uno dei teatri storici più importanti della Sicilia, l'arco romano, unica testimonianza rimasta dell'antico castello di Ruggero I d'Altavilla, la riserva di capo fetò, con il suo ricchissimo ecosistema di flora e fauna, o il sito archeologico di Roccazzo, vero e proprio tesoro a cielo aperto caratterizzato dalla presenza di molte tombe a rochetto (circa un centinaio).

Le produzioni tipiche sono collegate alla secolare vocazione marinara della città; gli artigiani locali creano attrezzi per la pesca di vario tipo, tra cui reti e nasse (ceste nelle quali i pesci una volta entrati non possono uscire), oltre che panieri e cestini.



GASTRONOMIA

La cucina mazarese, fra quelle siciliane, è certamente una delle più varie, con i suoi sapori e aromi, retaggio delle molte dominazioni che si sono successe nella città. Protagonista della gastronomia locale è naturalmente il pesce, nelle infinite varietà, che viene proposto arrostito, fritto, al forno, a ghiotta (zuppa) ed anche salato, o come condimento di gustosi primi.

A Mazara, come in tutti i Comuni costieri della provincia di Trapani, piatto tipico è il couscous, di chiara matrice araba, a base di semola cotta a vapore e condito con brodo di pesce. Una vera prelibatezza sono poi i dolci in tutta la gamma della tradizione siciliana. Le suore benedettine del monastero di San Michele, seguendo antiche ricette, confezionano gustosissimi pasticcini tra cui i muccunetti, palline di pasta di mandorla, ripiene di conserva di zucca e rivestite di una velata zucherina. Notevole è anche la produzione vinicola e ricca quella di olio, cereali, frutta e agrumi. Sono inoltre presenti numerose industrie conserviere del pesce ed enologiche. Dimensioni di scala nazionale e internazionale ha acquisito l'industria molinaria e di produzione della pasta.

Spaghetti con uova di tonno



Grattugiate l'uovo di tonno e tenetelo da parte, in una ciotolina.

Scaldate 1/2 bicchiere d'olio in padella con l'aglio a fettine, un pezzetto di peperoncino tagliuzzato, il prezzemolo tritato e un paio di cucchiari d'acqua.

Spegnete la fiamma e lasciate intiepidire; poi, aggiungete 2 cucchiari di uovo di tonno.

Lessate gli spaghetti in acqua bollente salata e scolateli al dente.

Conditeli con la salsina preparata e cospargete con le uova di tonno rimaste e una manciata di prezzemolo tritato.

400 g di spaghetti
100 g di uovo di tonno
3 spicchi di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
Olio extravergine d'oliva q.b.
Peperoncino q.b.
Sale q.b.



PACECO

Itinerari del gusto



mipaft
Ministero delle politiche agricole
alimentari, forestali e del territorio

FEAMP
2014 | 2020



Flag
Trapanese



LA CITTA'

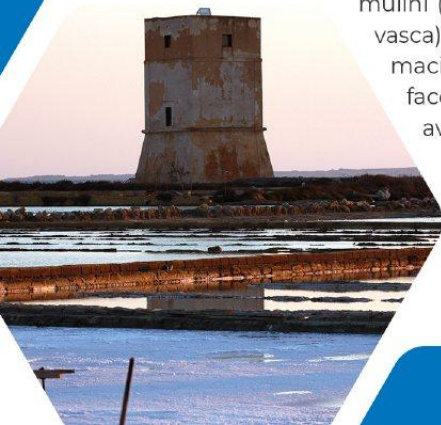
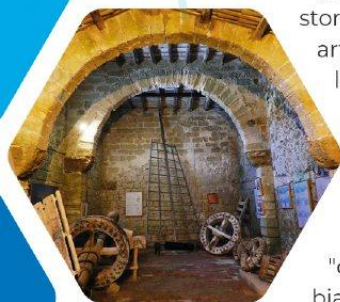
Ispiratrice del nome della città è stata Maria Pacheco, moglie del marchese Placido Fardella che nel 1607 fondò la città, ottenendo il titolo di principe. Il territorio era stato frequentato già dalla preistoria, come indicano i reperti delle contrade Sciarrotta e Malummeri.

Di notevole pregio naturalistico è la Riserva Naturale Orientata delle Saline di Trapani e Paceco: il sito è una delle più importanti aree umide costiere della Sicilia occidentale per le valenze biologiche, legate agli aspetti faunistici e floristico-vegetazionali. A queste valenze

si aggiungono quelle paesaggistiche, etnoantropologiche, architettoniche, storiche. All'interno della Riserva delle saline il sale viene ottenuto artigianalmente col metodo della coltivazione, lasciando evaporare l'acqua del mare, immessa in grandi vasche salanti nel periodo invernale: gli elementi essenziali sono l'acqua marina, il sole e il vento.

La produzione avviene nel periodo estivo, in particolare nei mesi di luglio, agosto e settembre. A seconda delle condizioni climatiche, si possono compiere anche tre raccolti.

Da visitare il Museo del Sale, posto all'interno di un baglio chiamato "casa salaria" che tesse antichi strumenti di lavoro dei salinari, foto in bianco e nero, e reperti originali come ruzzoli, cattedri, le pale di legno dei mulini (ntinni), la spira (vite di Archimede per aspirare l'acqua della vasca) i listelli di legno (tagghia) per misurare il sale, e una pesante macina. Adiacente è la "Salina Culcasi", con la Torre di Nubia che faceva parte dell'antico sistema delle Torri costiere della Sicilia di avviso contro i furti di sale ad opera dei corsari barbareschi,



risalente al 1620, mostra la stessa forma architettonica di tutte le altre torri di avvistamento presenti sul litorale costiero; l'architetto dell'epoca è infatti il medesimo, il Camilliani.

A Paceco e nella frazione di Dattilo si tiene U'mmitu di San Giuseppe, un pranzo con oltre cento portate, offerto a tre persone, rappresentanti la Sacra Famiglia, davanti un altare. Nei giorni che precedono il 19 marzo si realizzano i pani simbolici e l'altare ricoperto di bianche lenzuola, sul quale si pongono tre grossi pani a forma di cuccidatu (ciambella), palma e vastuni (bastone), alludenti rispettivamente a Gesù, Maria e Giuseppe.

Il 13 dicembre, in onore di Santa Lucia, si tiene la sagra della cuccia, ossia frumento bollito, condito a piacere con vino cotto, zucchero, miele, ricotta o crema di latte. A Carnevale sfilate di carri e cortei mascherati animano la città, la prima domenica di agosto si svolge la Rassegna Bandistica Provinciale, un raduno di bande musicali e gruppi di majorettes, mentre a fine settembre i maestri pasticceri danno vita ad un "dolce" meeting.



GASTRONOMIA

Della cittadina di Paceco è famosissima la frazione di Nubia, nota per la produzione del sale marino, dell'aglio rosso (presidio slow food) e del pomodoro pizzutello. L'aglio è l'ingrediente base del pesto trapanese, composto da pomodoro, aglio, basilico, mandorle: il tutto pestato nel mortaio e mescolato con olio d'oliva, serve da condimento crudo per la pasta cull'agghia. Colazione tipica dell'agro pacecoto è la zuppa in acqua fredda di pane raffermo, pomodori e agghia pistata. Altro prodotto tipico è il melone d'inverno, la cui denominazione indica una varietà che ha per caratteristica la lunga durata. La varietà cartucciaro è un antico melone dalla forma allungata, con estremità poco ricurva e dalla buccia liscia e gialla; ottimo frutto da tavola, ha la polpa bianca e succosa che diventa più saporita e più dolce con il passare del tempo. Ai prodotti della campagna si associano quelli caseari: formaggi, tume, caciotte, pecorini e ricotta, preparati secondo metodi tradizionali da alcune aziende artigianali. Piatti tipici sono le grosse salsicce pasqualore, il dissetante limuni cunsatu, un'insalata di limoni fatta con sale, acqua fredda ed olio e la zuppa di ciciri a brurettu, ceci in brodo. Da gustare sono gli squisiti ed enormi cannoli, prodotti a Dattilo.

Ghiotta di baccalà



Tritate sedano e cipolla e fateli appassire in un tegame capiente con 5 cucchiaini d'olio e uno spicchio d'aglio intero che andrà tolto in seguito.

Unite i pelati spezzettati, i capperi dissalati, le olive a rondelle, i pinoli e l'uvetta, mescolate e cuocete a fiamma bassa per 10 minuti circa.

Nel frattempo pelate le patate, tagliatele a fette spesse 1 cm e fatele dorare in poco olio extravergine.

Sgocciolatele e unitele al sugo nel tegame.

Spellate il baccalà, tagliatelo a pezzetti e infarinatelo, quindi rosolatelo in una padella con un filo d'olio extravergine, sfumate con il vino bianco e unite tutto al resto degli ingredienti.

Versate anche un bicchiere scarso di acqua calda, aggiustate di sale e pepe e cuocete a fiamma bassa per mezz'ora circa, scuotendo il tegame di tanto in tanto, per evitare che il sugo si rapprenda.

A cottura ultimata cospargete con prezzemolo tritato.

1 kg di filetti di baccalà
600 g di patate
150 g di olive verdi snocciolate
2 cucchiaini di pinoli
2 cucchiaini di capperi
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 cuore di sedano
1 mazzetto di prezzemolo
2 cucchiaini di uvetta
250 g di pelati
1/2 bicchiere di vino bianco
Olio extravergine d'oliva, q.b.
Farina q.b.
Sale e pepe q.b.



PETROSINO

Itinerari del gusto





Petrosino

LA CITTA'

Secondo la tradizione il nome Petrosino deriva da sinus (golfo) e Petri (Pietro), alludenti all'approdo di San Pietro sulla baia di Biscione.

La chiesa Madre (sec. XVIII e XIX) ed il baglio Woodhouse (1813) sono i due monumenti più rappresentativi; alla vocazione vitivinicola del territorio fa riferimento il Monumento all'uva mentre al Pescatore è dedicato un altro monumento. Un busto commemora l'onorevole Francesco De Vita (1913-1961). Maestose le due torri Sibiliana, sul litorale, e Galvaga,

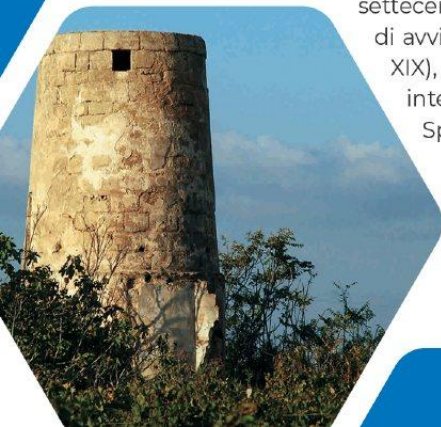
nell'entroterra, e significativi i mulini che nel sec. XIX servivano per macinare il grano. Le strutture fortificate dei bagli caratterizzano il paesaggio rurale

di Petrosino: costruiti in posizione dominante in modo da poter controllare i terreni circostanti e le diverse fasi dei lavori agricoli, hanno

al centro un cortile attorno al quale si aprono gli ambienti abitativi destinati al proprietario, le stalle, i magazzini. Nel centro urbano si trova un bagghiu gnisi "baglio inglese", così chiamato perché edificato nel 1813 da John Woodhouse, commerciante inglese, che

scoprì il vino Marsala e lo esportò in tutto il mondo; in esso furono prodotti i mitici Soleras 1815 e Waterloo 1815. In contrada Triglia Scaletta si trovano il baglio Spanò (1873-1882) con due cortili comunicanti e quello settecentesco del marchese D'Anna, provvisto di tre rare torri angolari

di avvistamento. Vicino ad esso è Villa Sanuzza (seconda metà sec. XIX), prima abitazione residenziale del territorio. Di notevole interesse naturalistico sono le paludi costiere di Margi Milo, Margi Spanò e Capo Feto, aree ad alto transito di uccelli migratori.



Si tratta di depressioni, separate dal mare da un cordone sabbioso, che si presentano quasi del tutto sommerse in inverno, mentre in estate si ha un prosciugamento delle acque. Di notevole importanza la presenza di specie vegetali e animali e rare come il germano reale.

Una visita è d'obbligo alla torre sibiliana, di palese stile medioevale, ha forma di parallelepipedo a pianta quadrata, priva di scarpa, basamento e riseghe; sulla sua sommità sono visibili due caditoie, mentre nelle quattro pareti sono presenti delle feritoie strombate verso l'interno.

Da visitare anche le chiese della cittadina: quella di Santa Maria delle Grazie, con la sua facciata con portale neogotico, arricchita da un mosaico raffigurante la Madonna con il Bambino e il moderno altare maggiore in marmo, o quella di San Giuseppe con la sua facciata di gusto classicheggiante, profilata da lunghe lesene e da una cornice modanata sulla quale poggia il frontone triangolare. Oltre che dal paesaggio agricolo, Petrosino è caratterizzata da coste sabbiose: segnaliamo la spiaggia del Biscione, che in estate diventa affollata meta di vacanzieri.



GASTRONOMIA

La coltivazione della vite e la produzione di vino hanno sempre rappresentato il settore produttivo più importante del territorio, con il 70% della superficie agricola destinata a vite. Petrosino ricade nell'ambito di due aree D.O.C., quella del Marsala e quella del Delia Nivolelli. Molto apprezzati sono anche dal mercato gli spumanti, i vini da tavola e liquorosi. La cucina petrosilena è ricca e fantasiosa e vi convivono i sapori del mare e quelli della campagna: couscous di pesce, pasta ai ricci di mare o con le sarde, ghiotta di baccalà, ricci con olio e aceto, sono le principali specialità gastronomiche marinare; spaghetti al matarocco, pasta con le fave, pane cunzato, qualeddu fritto, lumache a picchi pacchi sono tipici della cucina contadina. Tra i dolci: la mostarda, i mustazzoli di vino cotto e miele, i cannatuna di Pasqua, cubaita e pignolata. Il 19 marzo, per la festività di San Giuseppe, nella contrada omonima si svolge l'invito di San Giuseppe, un pranzo con numerose pietanze offerto a tre persone alludenti alla Sacra Famiglia, presso un altare addobbato con pani simbolici. Ad agosto, nelle viuzze di Chianu Parrini si svolge a festa di chianura durante la quale rivivono momenti della vita contadina e marinara di una volta e vengono preparati dolci a base di vinocotto e mostarda d'uva.

Cous Cous di pesce



Inocciare la semola con acqua e sale. Tritare una cipolla, due spicchi d'aglio, prezzemolo, e aggiungere il trito alla semola inocciata, con le mandorle tritate, olio e spezie.

Infine, mettere a cuocere la semola al vapore, sulle foglie di alloro, per circa un'ora.

Per la zuppa di pesce, preparare un fondo di cipolla, aggiungere il concentrato di pomodoro, acqua, prezzemolo, aglio, peperoncino, e cuocere fino a raggiungere l'ebollizione: a questo punto aggiungere il pesce e far cuocere per altri 20 minuti circa.

Mettere la semola già cotta a vapore in un contenitore di coccio, aggiungere il brodo di pesce, mescolare il tutto, coprire e far riposare per almeno 45 minuti in modo che la semola si insaporisca ulteriormente.

Servire il cous cous accompagnandolo con il pesce della zuppa a parte.

500 g di semola per cous cous
1 kg di pesce misto per zuppa
500 g concentrato di pomodoro
2 grosse cipolle
4 spicchi di aglio
3mfoglie di alloro
Prezzemolo
100 g di mandorle
50 g cannella in polvere
50 g peperoncino
Olio extra vergine di oliva q.b.
Sale e pepe nero q.b.



SAN VITO LO CAPO



Itinerari del gusto





San Vito lo Capo

LA CITTA'

Il paese di San Vito lo Capo, originariamente dedito alla pesca, all'agricoltura e alla pastorizia, oggi soprattutto al turismo, è costituito da strade rette e parallele su cui si affacciano case bianche, decorate da piante rampicanti quali gelsomini e bouganvillee. Il piccolo borgo è una delle località balneari maggiormente apprezzate della provincia di Trapani, designato tra le più belle spiagge d'Italia, ripetutamente premiato dalla Bandiera Blu d'Europa. Anche a San Vito, come per tutta la fascia costiera del trapanese, era attivo fin dal 1412 uno stabilimento per la pesca e la lavorazione del tonno, la Tonnara del Secco, della quale è ancora presente il rudere dell'impianto a terra.

Il territorio di San Vito lo Capo, incastonato tra la Riserva Naturale Orientata del Monte Cofano e quella dello Zingaro, tra i più belli della Sicilia, presenta un esteso litorale di fine sabbia bianca che si alterna nei dintorni a scogliere, calette di ciottoli e di ghiaia su un mare cristallino. Ad est, le alture del Monte Monaco sono raggiungibili con una passeggiata naturalistica con un superbo panorama sul mare sottostante, preludio alla meravigliosa Riserva Naturale Orientata dello Zingaro, uno dei tratti di costa più belli ed integri dell'isola. All'interno della riserva, la grotta dell'Uzzo testimonia i primi insediamenti umani con graffiti e materiali litici di età preistorica. Non meno interessante è il lato ovest della costa, più bassa e irta di scogli, con Cala Rossa, Cala Mancina e lo scoglio dell'Isulidda. Sempre ad ovest, tra Castelluzzo e Makari, a dieci chilometri da San Vito lo Capo, si trova Baia Santa Margherita, un piccolo paradiso terrestre.

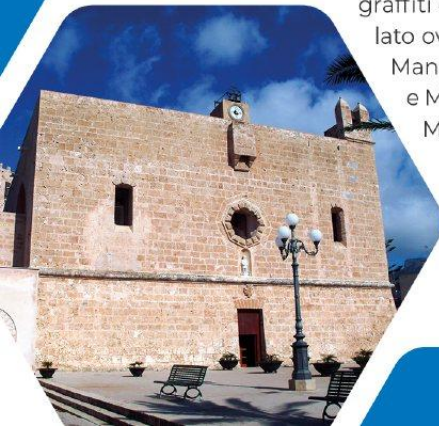
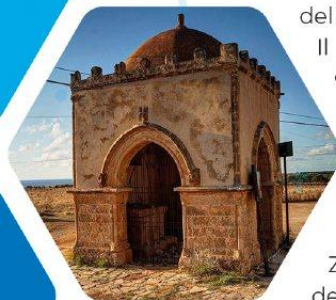
In punti strategici lungo l'intera costa si trovano le antiche torri Scieri, 'Mpisu e Isulidda, realizzate nel XVI secolo per l'avvistamento dei pirati che infestavano questi mari.

La storia della città è legata a San Vito: si ritiene che, dopo il martirio del Santo, ad Egitarso (questo il nome originario del paese) fosse sorta una chiesetta, trasformata nel XVI secolo in santuario-fortezza per volere dei governanti di Erice per dare ai pellegrini protezione dalle incursioni piratesche. La città si sviluppò, dunque, come piccolo borgo di pescatori, tra il XVIII e il XIX secolo, attorno al Santuario, che, imponente, domina la piazza principale del paese.

Al suo interno, nella cappella di San Vito, decorata da marmi locali e da statue in stucco di Orazio Ferrara, è custodita la statua del Santo, pregevole opera gaginesca del 1587, sulla cui base sono scolpiti episodi della vita del martire. Prima di arrivare al paese, sulla strada si incontra la cappella di Santa Crescenza, piccolo edificio a pianta quadrata, esempio di architettura di fine secolo XV, con influenze arabe, normanne e gotiche, la cui particolare cupola è sostenuta da trombe a ventaglio.

GASTRONOMIA

Seppure la mattanza non sia più praticata da tempo, la pesca rimane ancora un'attività importante e i piatti tipici del luogo sono prevalentemente a base di pesce e crostacei. Primo tra tutti il cous cous, qui celebrato tutti gli anni a fine settembre in occasione della manifestazione del Cous Cous Fest alla quale partecipano nazioni di tutto il bacino del Mediterraneo. Il cous cous rigorosamente condito con brodo di pesce, si ottiene tramite l' "incocciata" di semola di grano duro, condita con aromi e spezie e cotta al vapore in una pentola di coccio detta cuscusera. Grazie alla pesca artigianale, svolta sotto costa con piccoli natanti, sulle tavole di San Vito il pesce fresco è sempre presente: triglie, saraghi, ombrine, occhiate, scorfani, seppie, polpi, calamari, aragoste, sono i principali ingredienti della cucina tradizionale. Imperdibili sono le cassatelle di ricotta in brodo di pesce, che uniscono ai sapori del mare quelli della terra. Merita poi una menzione speciale l'olio extra vergine di oliva prodotto nella frazione di Castelluzzo, e i pomodori di pennula, lasciati appassire all'ombra per "concentrare" il sapore. Il dolce tipico è il caldofreddo, una grande coppa di gelato e panna su una pagnottina imbevuta di rhum e completato da una colata di cioccolato fuso.



Busiate cu ritunnu rattatu



Fate soffriggere in una padella l'aglio, tagliato a fettine sottili, in olio extra vergine di oliva; qando sarà leggermente dorato aggiungete i pomodorini a spicchi e sfumate il tutto con vino bianco.

Aggiungete, sale, pepe, prezzemolo e 10g di ritunnu rattàtu. Lasciate cuocere il sugo per almeno 5 minuti. In una pentola, fate bollire acqua abbondante, versate gli spaghetti e aggiungete il sale.

Scolate gli spaghetti al dente e fateli mantecare in padella con il sugo.

Una volta ben mantecati mettete il tutto in un vassoio da portata e aggiungete sopra il ritunnu rattàtu e ancora una spolverata di prezzemolo.

Infine servite e...buon appetito!

400 g di busiate fresche
3 spicchi d'aglio
8 cucchiaini d'olio EVO
1/2 kg di pomodorini ciliegino
1 ciuffetto di prezzemolo tritato
2 bicchieri di vino bianco
50 g di ritunnu rattàtu
Sale e pepe q.b.



TRAPANI



Itinerari del gusto



mipaft
ministero delle politiche agricole
alimentari, forestali e del territorio

FEAMP
2014 | 2020



farnet



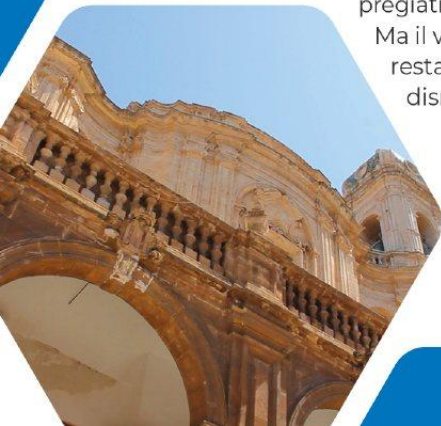
Flag
Trapanese



LA CITTA'

Trapani, l'antica Drepanon (falce), è la città tra due mari, al nord il Tirreno, a sud il Mediterraneo e, inevitabilmente, dal mare trae le sue origini. Nata come porto dell'insediamento Elimo di Erice, si sviluppa con i fenici e i cartaginesi, a cui succedono varie dominazioni fino ad arrivare agli arabi, che ne incrementano il traffico marittimo e le attività legate alla pesca, rendendola vera "testa di ponte" tra nord Africa ed Europa.

In una città costiera quale è Trapani, al mare sono legati sia la struttura urbanistica del centro storico che alcuni dei monumenti simbolo, primo tra tutti il Castello di Mare, "a Culummara" (Colombaia) che vide svolgersi la Battaglia delle Egadi tra romani e cartaginesi. Ma anche la Chiesa di Sant'Agostino, il cui rosone gotico-chiaramontiano è uno degli emblemi della città, fu a suo modo connessa al mare ospitando i crociati in partenza dal porto per la Guerra Santa. E così pure il Santuario dell'Annunziata, edificato in quello che fu uno degli originari nuclei storici della città, poi sviluppatasi "riempiendo" lo spazio dagli scogli del porto. Fu in questa chiesa, infatti, che venne portata la bellissima statua di quella che divenne la Madonna di Trapani. Accanto al Santuario, sorge l'ex convento dei Carmelitani, oggi sede del Museo Pepoli che contiene, tra i suoi tesori, pregiati manufatti in corallo: ancora, dal mare, un dono prezioso. Ma il vero "monumento" all'attività per secoli principale della città, resta "a Chiazza", la Piazza del Mercato del Pesce, ormai dismessa dall'attività di vendita del pescato.



Ma Trapani è una città che va "assaporata" interamente, anche percorrendo le vie del centro storico: da via Garibaldi, l'antica Rà Nova, un susseguirsi di chiese e di palazzi nobiliari edificati tra il XVII e il XVIII secolo, tra i quali Palazzo Milo e Palazzo Riccio di Morana, al Corso Vittorio Emanuele, che inizia dal Palazzo Senatorio per finire allo sbocco della popolare via Corallai percorrendo il quale si incontrano gli splendidi edifici della Chiesa e del Collegio dei Gesuiti e il Palazzo Riccio di San Gioacchino; dalla via Torrearsa che da Piazza Mercato arriva alla Casina delle Palme, deliziosa architettura liberty prospiciente il porto, a stradine strette che si aprono su scorci di mare di inaspettata bellezza. Ma altre "scoperte" attendono il visitatore: tra queste, la Chiesa del Purgatorio, che custodisce i Misteri, venti gruppi scultorei raffiguranti la passione di Cristo, portati in processione, fin dal "600, su altrettante vare dal primo pomeriggio del venerdì santo fino al mezzogiorno del sabato, per tutta la notte. Ancora, da non perdere, lo splendido Organo La Grassa nella Chiesa di San Pietro, strumento unico al mondo dalle sonorità indescrivibili.



GASTRONOMIA

La cucina trapanese è ricca di rimandi a quella araba, a partire dal cùscusu, la variante tipicamente locale del più famoso tra i piatti nordafricani, variamente declinato da ogni popolazione che vive sulle sponde del mare nostrum, e, a Trapani, condito con una prelibata e profumatissima zuppa di pesce fatta di aromi e spezie, pesci di scoglio ma anche pesciolini di poco "pregio".

Ma in tanti altri modi Trapani può prendere per la gola il visitatore: in primavera inoltrata sulle tavole c'è il tonno, semplicemente grigliato e profumato con pinzimonio, o preparato a ragù, col sugo. E, il resto dell'anno, conservato sotto sale marino, come le prelibate uova di tonno da assaporare con un filo d'olio o sminuzzate sulla pasta.

Altre tipicità sono la pizza rianata (origanata) condita con pomodoro, pecorino, origano, aglio e acciughe e le busiate col pesto alla trapanese o, come si dice qui, pasta cu l'agghia.

In un percorso del gusto, non può mancare la pasticceria trapanese che comprende tutta la gamma dei tradizionali dolci siciliani ma si caratterizza per le cassatelle, sfoglie fritte condite con ricotta zuccherata e cioccolato.

Molto ampia la scelta dei vini prodotti dalle cantine e degli olii extra vergine d'oliva.

Seppie Accupateddu



Versare un po' d'olio extravergine d'oliva in una pentola e, appena caldo, farvi dorare la cipolla tritata. Aggiungere, quindi, quattro pomodori rossi, privati della pelle e tagliati grossolanamente, uno spicchio d'aglio tagliato a fettine, un po' di prezzemolo e un pizzico di pepe o peperoncino a piacimento.

Versare un bicchiere di acqua, far cuocere per circa cinque minuti e aggiungere le seppie gi pulite e tagliate a pezzetti. Chiudere con un coperchio e far cuocere il tutto per circa venti minuti.

Servite e buon appetito!

1,2 kg di Seppie
600 g di pomodori rossi
1 cipolla
1 spicchio d'aglio rosso di Nubia
1 mazzetto di prezzemolo
Olio extra vergine di oliva
Sale marino
Pepe nero
Peperoncino macinato q.b.



VALDERICE

 *Itinerari del gusto*





LA CITTA'

Valderice, comune Siciliano della provincia di Trapani, paese tra il cielo e il mare, situato in collina, sulle pendici del Monte Erice, a cui è congiunta da una bella strada panoramica che dalla vetta arriva al centro urbano, attraversando la frazione di Sant' Andrea, che cela ancora una villa romana in cui si dice fu ospitato il poeta Virgilio che da qui trasse spunto per le locali ambientazioni dell'Eneide, fino al litorale di Bonagia.

Immersa nel verde, offre diversi scenari paesaggistici: colline, zone selvatiche per flora e per fauna, cristalline spiagge e scogliere, paesaggi intatti, che fanno del paese uno dei luoghi più ambiti di villeggiatura, soprattutto durante l'estate. Il Comune comprende tre stazioni balneari: Bonagia, Lido Valderice e la spiaggia di Rio Forgia.

Il paese dispone di vari spazi verdi, tra cui la pineta situata nella frazione di Ragosia oppure quella comunale, che si estende su una collina in cui si trovano diverse grotte e una chiesa abbandonata e il Parco Urbano di Misericordia in cui si può ammirare il panorama del Golfo di Bonagia. Valderice è un centro agricolo, dove vengono prodotti grano, olio, vino e miele. Di rilievo l'attività estrattiva nel settore marmifero, con varietà quali il perlato di Sicilia, l'avorio venato e il perlantino.

Qui merita una visita la suggestiva Torre dell'Isola Tonnara di Bonagia, edificio nel XVI-XVII secolo, che ospita un piccolo Museo delle attività legate alla pesca e alla lavorazione del tonno. La contigua Tonnara, trasformata in albergo, conserva ancora la struttura originaria con l'ampio cortile interno su cui si affacciano quelli che furono

gli ambienti di lavoro per lo stabilimento e le abitazioni dei tonnaroti. Valderice è sempre stato un fiorente centro agricolo. Testimonianze dell'antica civiltà contadina sono le strutture edilizie rurali conosciute con il nome di bagli, gruppi di edifici a corte interna sulla quale si aprivano rimesse, stalle, cucine, abitazioni, locali oggi spesso trasformati in residenze, alcuni dei quali ancora oggi in ottime condizioni strutturali come: Baglio S. Croce, Baglio Sciare, Baglio Battiata, Baglio Naselli a Bonagia, Baglio Pilati a S. Andrea, Baglio Magaddino a Chiesanuova, Baglio Tangi e Baglio Mafi contrada Rizzuto. I bagli si trovano su tutto il territorio dell'agro ericino, coltivato soprattutto a vigneti e uliveti da cui si ricavano eccellenti vini e pregiato olio extra vergine d'oliva, anche certificate dalla Denominazione di Origine Protetta Valli Trapanesi.

Tra le coltivazioni tipiche del territorio, anche ortaggi e cereali che un tempo venivano lavorati in loco nell'antico Molino Excelsior, oggetto di un recente restauro, nel quale avveniva la molitura e che è stato operativo fino agli anni '60, oggi centro culturale di notevole pregio.

GASTRONOMIA

Valderice è sempre stato un centro a vocazione agricola. Nelle sue campagne, particolarmente fertili, si coltivano soprattutto viti e olivi (da cui si ricavano ottime qualità di vino e di olio), ma anche ortaggi e cereali. Spontanee crescono le piante dei fichi d'India i cui frutti più pregiati, chiamati in dialetto bastarduna, sono particolarmente succosi.

Nel litorale tra Bonagia e Lido Valderice sorgono diversi ristoranti specializzati nella cucina di pesce pescato nelle acque antistanti. Qui, da assaporare sono i prelibati antipasti a base di prodotti di tonnara, dallo squisito uovo di tonno alla tonnina. Tra le tipicità, un tempo usuale colazione contadina, da gustare è il pane "cunzato", pane fresco di grano duro, cotto in forno a legna, condito con pomodoro, acciughe, pecorino fresco (tuma), olio extra vergine di oliva, origano.

I dolci sono quelli tipici del trapanese, come le cassatelle, sfoglie fritte piene di ricotta profumata di cannella e pezzetti di cioccolato, e i cannoli, farciti con ricotta meno dolce e poco lavorata.

