



★★★★★  
**EURO**  
RISTORAZIONE

*La Giornata a Tema della*  
***Sicilia***



*Il Menù che valorizza*  
*i Prodotti Tipici Locali*



*IL PROGETTO DI VALORIZZAZIONE  
DEI PRODOTTI TIPICI  
DELLA REGIONE  
SICILIA*



*CONOSCERE PER APPREZZARE  
UN PERCORSO TRA LA STORIA  
E LA TRADIZIONE POPOLARE  
ALL'UTILIZZO IN CUCINA*



## *MENÙ*

## *MENÙ*

*in dialetto locale*

*Pasta alla Norma*

*Pasta c'a Norma*

*Polpettone alla Siciliana*

*Puppittuni a' Siciliana*

*Caponata con capperi  
di Pantelleria IGP  
alla Siciliana*

*Capunata a' Siciliana*

*Arancia rossa IGP di Sicilia*

*Arangia rossa*

*Torta di ricotta con glassa  
di pistacchi di Bronte IGP*

*Torta c'a ricotta*



## *LE RICETTE*

### *PASTA ALLA NORMA*

#### *Ingredienti:*

Polpa di pomodoro, perciatelli, ricotta grattugiata, olio d'oliva, aglio, melanzane, basilico sale e pepe.

#### *Preparazione:*

Lavate le melanzane, tagliatele a cubetti e fatele rosolare in una padella senza olio. Finite la cottura al forno, in una teglia con un cucchiaino di olio. Fate soffriggere l'olio rimanente con l'aglio, unite il pomodoro, il basilico, il sale e il pepe e fate cuocere per 10 minuti. Fate cuocere la pasta, scolatela e unitela alla salsa. Servite nei piatti con le melanzane e la ricotta grattugiata.





## *POLPETTONE ALLA SICILIANA*

### *Ingredienti:*

Polpa di manzo tritata, fetta di polpa di manzo, mollica di pane, uova, latte, olio extra vergine di oliva, pecorino grattugiato, prezzemolo, uova sode, salame a pezzetti, caciocavallo a dadini, salsa di pomodoro, sale, pepe.



### *Preparazione:*

Amalgamare insieme la polpa di manzo tritata con la mollica di pane intrisa nel latte e strizzata, i tuorli d'uovo, un po' di pecorino, prezzemolo, sale e pepe. Distendere sul tavolo la grossa fetta di polpa di manzo e caspargerla di sale. Stendervi il composto sopra descritta e poi le uova sode a fette, il salame e il caciocavallo. Arrotolare su se stessa la carne e legarla con dello spago. Rosolare con l'olio la cipolla in un tegame e unirvi la carne, rivoltandola spesso. Condire con sale e pepe e aggiungere la salsa di carne inaffiata col loro stesso sugo.

## *CAPONATA ALLA SICILIANA*

### *Ingredienti:*

Melanzane, olive bianche, capperi, sedano, cipolle, pomodoro concentrato, zucchero, aceto, cacao amaro, olio di oliva.



### *Preparazione:*

Tagliare le melanzane a dadi e mettere il sale per eliminare l'amaro. Mentre si friggono, tagliare la cipolla e farla rosolare in un tegame. Tagliare il sedano, snocciolare le olive e metterli in un recipiente con acqua bollente, insieme ai capperi. Far cuocere per un poco di tempo. Quando il sedano è quasi cotto, scolare e sciacquare con acqua fresca. Versare il tutto in un tegame, aggiungere la salsa, lo zucchero, l'aceto, il cacao e mescolare sempre con un cucchiaio di legno. Dopo circa dieci minuti, togliere la salsa dal fuoco e mettere il sale nelle melanzane. Metterle su un piatto di portata e versarvi sopra il resto della salsa. Spolverare con un ciuffetto di prezzemolo tritato.



## *TORTA DI RICOTTA*

### *Ingredienti:*

Ricotta, zucchero, vaniglia, frutta candita, gelatina di frutta, pan di spagna, glassa di pistacchio.

### *Preparazione:*

Passate al setaccio la ricotta lavorandola con una spatola di legno, incorporatevi lo zucchero, un pizzico di vaniglia, la frutta candita, anch'essa ridotta a piccoli dadi. Rivestite una tortiera a bordi non bassi con carta bianca impermeabile, alla quale farete aderire, utilizzando della gelatina di frutta, fette sottili di pan di spagna. Versate nella parte cava la crema di ricotta, livellandola bene, e chiudete con un'altra fetta di pan di spagna.



Ponete la tortiera in frigo per qualche ora, poi, su un disco bianco di cartone (quello usato nella pasticceria) di dimensioni adeguate, capovolgete la torta, che sarà così pronta per essere guarnita. Rivestitela intanto con una glassa al pistacchio, e con frutta candita e zuccata a strisce sottili.





## *LA STORIA DEI PRODOTTI*



## *ARANCIA ROSSA DI SICILIA IGP*

**Area di produzione:** la zona di produzione dell'Arancia rossa di Sicilia" comprende il territorio idoneo della Sicilia Orientale per la coltivazione dell'Arancia ed è così individuato:

**Provincia di Catania** - Territorio seguenti comuni: Catania, Adrano, Belpasso, Biancavilla, Caltagirone, Castel di Judica, Grammichele, Licodia Eubea, Mazzarrone, Militello Val di Catania, Mineo, Misterbianco, Motta Sant'Anastasia, Palagonia, Paternò, Ramacca, Santa Maria di Licodia, Scordia e Randazzo limitatamente all'area detta "isola di Spanò".

**Provincia di Siracusa** - Territorio dei seguenti comuni: Francofonte, Lentini, Carlentini, Buccheri, Melilli, Augusta, Priolo, Siracusa, Floridia, Solarino, Sortino e Noto

**Provincia di Enna** - Territorio dei seguenti comuni: Centuripe, Regalbuto, Catenanuova e Troina limitatamente all'area detta "Cugno di Troina".

**Provincia di Ragusa:** Acate, Comiso, Chiaramonte e Vittoria

**Cenni storici:** L'Arancia Rossa della Sicilia è di origine cinese. Nell'antichità comunque era già conosciuta in tutto il bacino del mediterraneo per un uso religioso e decorativo. L'invasione araba ha portato con sé anche la diffusione popolare di questo frutto. Questo popolo conosceva infatti molto bene le proprietà dissetanti e vitaminiche di questo frutto. L'Arancia Rossa di Sicilia rappresenta un esempio di stretto legame tra fattori climatici e caratteristiche del prodotto; le stesse varietà di arancia, infatti, coltivate in altri climi non presentano il particolare colore e le specifiche caratteristiche organolettiche che le hanno rese famose nel mondo.

**Descrizione:** La definizione Arancia rossa di Sicilia è usata per individuare alcune varietà di arance a Indicazione Geografica Protetta (IGP) e in particolare:



- la varietà Tarocco, con i cloni: Tarocco Comune, Tarocco Galice, Tarocco Gallo, Tarocco Messina, Tarocco dal Muso, Tarocco Nucellare 57-IE-1, Tarocco Nucellare 61-IE-4, Tarocco Catania, Tarocco Scirè, Tarocco rosso.
- la varietà Moro, con i seguenti varietà e cloni: Moro Comune, Moro Nucellare 58-8D-1;
- la varietà Sanguinello, con le varietà ed i cloni: Sanguinello Comune, Sanguinello Moscato, Sanguinello Moscato Nucellare 49-5-3, Sanguinello Moscato Nucellare 49-5-5, Sanguinello Moscato Cuscunà;

coltivate esclusivamente in alcuni comuni delle province di Enna, Catania, Siracusa e Ragusa. Le arance si presentano con buccia di colore arancio acceso con sfumature rosse variabili a seconda delle varietà e del momento di raccolta e sapore dolce.

I frutti di “Arancia rossa di Sicilia” all’atto dell’immissione al consumo devono rispondere alle seguenti caratteristiche:

### *Tarocco*

- forma: obovata o globosa, con base più o meno prominente (“Muso” lungo o corto)
- colore della buccia: arancio con parti colorate in rosso granato più o meno intenso;
- colore della polpa: arancio con screziature rosse più o meno intense in relazione all’epoca di raccolta;
- calibro: minimo 10 (diam. mm. 60/68);
- resa in succo: minima 40%, determinata mediante spremiagrumi con birillatrice;
- contenuto di solidi solubili totali nel succo: minimo 10,0 espresso in gradi Brix;
- rapporto di maturazione: minimo 7,0, determinato come rapporto Brix/acidi, esprimendo gli acidi come acido citrico anidro.

### *Moro*

- forma: globosa o ovoidale;
- colore della buccia: arancio con sfumature più intense su un lato del frutto;
- colore della polpa: interamente rosso vinoso a maturazione avanzata;
- calibro: minimo 10 (diam. mm. 60/68);
- resa in succo: minima 40, determinata mediante spremiagrumi con birillatrice; contenuto di solidi solubili totali nel succo: minimo 10, espresso in gradi Brix;
- rapporto di maturazione: minimo 6,5, determinato come rapporto Brix/acidi, esprimendo gli acidi come acido citrico anidro. Può essere tollerato il rapporto di 5,5 per i frutti raccolti nel mese di dicembre;



## Sanguinello



- forma: globosa o obovata;
- colore della buccia: arancio con sfumature rosse;
- colore della polpa: arancio con screziature rosse;
- calibro: minimo 10 (diam. mm. 60/68);
- resa in succo: minima 40% determinata mediante spremiagrumi con birillatrice;
- contenuto di solidi solubili totali nel succo: minimo 10,0 espresso in gradi Brix;
- rapporto di maturazione: minimo 8,0 determinato come rapporto Brix/acidi, esprimendo gli acidi come acido citrico anidro.

**Metodo di produzione:** le condizioni ambientali e di coltura degli aranceti destinati alla produzione dell'“Arancia rossa di Sicilia” devono essere quelle tradizionali della zona e, comunque, atte a conferire al prodotto che ne deriva le specifiche caratteristiche di qualità.

I sestri di impianto, le forme di allevamento ed i sistemi di potatura devono essere quelli in uso generalizzati atti a mantenere un perfetto equilibrio e sviluppo della pianta oltre ad una normale aereazione e soleggiamento della stessa.

Le operazioni colturali e le modalità di raccolta, devono essere quelli generalmente utilizzati, il distacco dei frutti viene effettuato con l'ausilio di forbicine di raccolta che operano il taglio del peduncolo.

La produzione unitaria massima consentita di “Arancia rossa di Sicilia” per le tre varietà è fissata in quintali 300 per ettaro. Per le selezioni clonali “Tarocco Nucleare”, “Moro Nucleare” e “Sanguinello Nucleare” la produzione unitaria massima consentita è di q.li 360 per ettaro.

A detti limiti, anche in annate, eccezionalmente favorevoli, la resa deve essere riportata attraverso una accurata cernita, purché la produzione globale dell'agrumeto non superi di oltre il 30 per cento detti limiti.

Il Disciplinare di produzione della Indicazione Geografica Protetta “Arancia rossa di Sicilia” è regolata dalla Circolare del Ministero per le Politiche Agricole – GURI n. 240 del 14 ottobre 1997 che ha determinato l'iscrizione nel “Registro delle denominazioni di origine protette e delle indicazioni geografiche protette” ai sensi del Reg. CE n. 1107/96.



## *IL CAPPERO DI PANTELLERIA IGP*

**Area di produzione:** il Cappero di Pantelleria (nelle varietà: *Capparis spinosa* L., varietà *Inermis*, cultivar *Nocellara*) è un prodotto a Indicazione Geografica Protetta (IGP) coltivato sull'isola di Pantelleria in provincia di Trapani. Ha ottenuto l'IGP nel 1996.

**Cenni storici:** il cappero di Pantelleria è conosciuto sin dall'antichità, tanto che viene menzionato già da autori come il greco Dioscoride e Plinio il Vecchio. Nel 1600 Domenico Romoli, nel suo famoso trattato culinario "La Singolar Dottrina", esalta le proprietà medicinali del cappero, affermando che "...quelli che [li] mangeranno non avranno dolore di milza, né di fegato..." e infine ne vantava le virtù ...afrodisiache. Questa convinzione è molto antica e addirittura il primo accenno a questo viene fatto... nella Bibbia, nell'Ecclesiaste XII 5. Leggende a parte, le proprietà diuretiche e antireumatiche sono confermate dalla botanica e sono provocate da una sostanza contenuta nella buccia del cappero. Insomma, il cappero è un prodotto versatile, ottimo non solo in cucina, per insaporire numerose ricette, ma dalle proprietà oggi ormai dimenticate, ma ben conosciute nei tempi passati. Il Cappero, già conosciuto dai Greci e dai Latini, è una pianta che cresce spontaneamente nelle regioni calde, su terreni aridi e sui muri.

**Descrizione:** il Cappero di Pantelleria presenta una forma globosa, subsferica, raramente oblunga o conica. Ha colore verde-senape e forte odore aromatico. Il sapore è aromatico e salato; il suo peso specifico medio è pari a 0,6, mentre il suo calibro è di circa 9 mm. La pianta del Cappero è un arbusto di 25-40 cm., avente rami penduli e striscianti, con foglie carnose ovali di colore verde scuro. il cappero è un arbusto con un'altezza media di 30-50 cm con dei fiori molto vistosi bianchi e rosa con punte di viola.

Il cappero è un arbusto spontaneo tipico delle regioni mediterranee, che inizia a fiorire tra maggio e settembre, secondo le zone. I capperi sono boccioli floreali, che bisogna raccogliere non appena germogliano, perché quando sono piccoli, una volta maturati, diventano il prodotto migliore. La fioritura della pianta è scalare, ossia produce boccioli a getto continuo, così che ad ogni raccolta, effettuata circa ogni 8 giorni, vengono a trovarsi sulla pianta bottoni floreali di diverse dimensioni. I capperi non possono essere consumati freschi, perché sarebbero amari. Ciò che dà loro il particolare aroma è la lenta maturazione. Appena raccolti, i boccioli sono messi nei tini e ricoperti di sale grosso. L'acqua



che espellono, insieme al sale, forma una salamoia che favorisce la maturazione. La salamoia è continuamente rinnovata e mescolata per circa 10 giorni.

**Metodo di produzione:** tra la fine di maggio e settembre comincia la fioritura e con essa la raccolta dei bottoni floreali non ancora aperti. Devono essere raccolti in modo tempestivo, prima dell'alba e appena germogliati. Quelli di dimensioni minori divengono, dopo la maturazione, il prodotto migliore.

Una volta raccolti vengono messi a maturare in salamoia in sale marino. La maturazione è un passaggio obbligato, allo stato fresco i capperi sono amari e di gusto sgradevole. I capperi messi a maturare nel sale marino (circa il 40% del loro peso) vi restano 10 giorni durante i quali vengono periodicamente rimescolati. Una volta scolati vengono posti nuovamente sotto sale (circa il 20% del loro peso) per altri 10 giorni. Alla fine di questo secondo passaggio sono pronti per essere consumati.

La raccolta avviene in più riprese, in quanto il coltivatore può ritornare alla pianta ogni 5 giorni e staccare manualmente i nuovi boccioli nel frattempo formati. Terminata la raccolta i capperi restano a riposo qualche giorno, dopodiché vengono



posti in speciali contenitori e salati: si aggiunge sale per il 40%, poi per il 25% della massa di prodotto. L'ideale maturazione per la loro immissione al consumo avviene nel giro di 10 giorni, trascorsi i quali i Capperi di Pantelleria possono essere commercializzati (sotto sale, sotto aceto o sott'olio).



## IL PISTACCHIO DI BRONTE DOP

### Area di produzione:

La specie ha avuto particolare sviluppo a partire dalla seconda metà dell'Ottocento nelle province di Caltanissetta, Agrigento e Catania. In quest'ultima, ai piedi del vulcano Etna, nel territorio di Bronte, conobbe la massima espansione tanto che nel 1860 interi pascoli e terreni incolti furono trasformati in pistacchieti e la pianta coltivata divenne il fulcro di tutto il sistema agricolo ed economico dell'area.



**Cenni storici:** furono gli Arabi, strappando la Sicilia ai Bizantini, a promuovere e a diffondere la cultura del pistacchio nell'isola e, a conferma di ciò, basta considerare l'affinità etimologica del nome dialettale dato al pistacchio col corrispondente termine arabo. "Frastuca" il frutto e "Frastucara" la pianta derivano infatti dai termini arabi "fristach", "frastuch" e "festuch" derivati a loro volta dalla voce persiana "fistich".



**Metodo di produzione:** la produzione biennale media siciliana è di circa 16.000 quintali di prodotto sgusciato, l'80% dei quali viene esportato all'estero, mentre il 20% trova impiego nell'industria nazionale. Benché di difficile stima, si può ipotizzare la seguente distribuzione per settore:

- 15% industria gelatiera
- 30% industria dolciaria
- 55% industria delle carni insaccate.

Il rapporto gelateria industriale/artigianale potrebbe essere del 60/40% ma non si dispone di dati attendibili.

Nella zona etnea si contano oltre 1000 produttori, la maggior parte con appezzamenti di circa 1 ettaro cadauno, nonché qualche grosso produttore con un multiplo di ettari.





Il frutto raccolto viene in genere smallato ed asciugato ad opera del produttore stesso, che poi vende il suo pistacchio in guscio alle aziende esportatrici. Ve ne sono circa una decina in concorrenza fra loro, alcune ottimamente attrezzate e tecnologicamente avanzate, che si occupano della lavorazione successiva e della commercializzazione. Il Pistacchio con guscio (la "tignosella") si vende a circa 6,00/10,00 euro al chilo, mentre quello senza guscio (sgusciato) a circa 12,00/20,00 euro al chilo. Una ricchezza di quasi 18 milioni di euro che rappresenta poco più dell'1% della produzione mondiale di pistacchi.

Esiste una minore coltivazione del pistacchio in Sicilia centro meridionale (province di Agrigento e Caltanissetta) che però si rifà al mercato etneo. Non sono note altre zone di rilievo in Italia. Il clima ideale è dato da quello predominante della zona etnea di cui sopra, altitudine circa 400-700 metri sul livello del mare con temperature primaverili medie di circa 12° ed infine, per la maturazione, circa 27° a Luglio-Agosto, con qualche pioggia temporalesca che favorisca il pieno sviluppo del frutto.

### *La raccolta*

La coltivazione del pistacchio è molto impegnativa e faticosa.

In primo luogo, le piante fruttificano solo una volta ogni due anni e crescono in terreni accidentati dove non è possibile ricorrere all'uso delle macchine per le operazioni colturali; ne consegue un notevole aumento dei costi di produzione per gli operatori del settore.

I pistacchi vengono raccolti a mano, uno ad uno, tenendosi in equilibrio fra i massi di lava nera con sacchi di tela legati al collo.

Gli interventi colturali non sono molto accurati e frequenti, ma spesso sono limitati alla potatura, che avviene tra dicembre e febbraio, per contenere lo sviluppo dei rami e talora alla concimazione, alla scerbatura e, ove possibile, a qualche lavorazione.

### *La lavorazione*

Dopo la raccolta il frutto viene smallato, tramite sfregamento meccanico, con apparecchiature artigianali, e quindi lasciato asciugare al sole per 5-6 giorni.

Dalla smallatura del frutto si ottiene il pistacchio in



guscio, localmente chiamato Tignosella, che successivamente viene sgusciata e pelata dai commercianti per essere immessa sul mercato. La pelatura, cioè la rimozione dell'endocarpo, avviene oggi attraverso un procedimento altamente tecnologico mediante breve esposizione del frutto a vapore acqueo ad alta pressione causando il distacco dell'endocarpo. Col successivo passaggio alla macchina pelatrice e mediante lo sfregamento dei rulli a velocità differenziata viene tolta la pellicola non più aderente. Per nastro convogliatore automatico i verdi pistacchi passano adesso un complesso circuito di essiccazione a bassa velocità e da questo nella macchina selezionatrice elettronica che scarta gli eventuali acini di colore improprio.

Col confezionamento del prodotto ormai asciutto (umidità 5-6%) in cartoni da 12,5 Kg. si conclude il ciclo di lavorazione. In ambiente fresco e secco il prodotto conserva il suo colore per diversi mesi, che invece dopo la prolungata sosta tende a sbiadire. Pertanto le industrie trasformatrici pelano soltanto su ordinazione e non tengono scorte di "pelato", mentre il pistacchio semplicemente sgusciato e non pelato può essere conservato in frigorifero per ben oltre un anno.

### *Descrizione:*

### *La pianta*

Il Pistacchio (pistachia vera) è un arbusto, più raramente un albero di piccola taglia, di altezza non superiore ai 6 metri, dotato di radici profonde, dal tronco nodoso e contorto di colore grigio brumastro e dal fogliame caduco.

La pianta si trova a suo agio su delle rocce laviche proibitive per qualsiasi altro tipo di vegetazione. Se vogliamo coltivare il pistacchio bisogna sapere che su otto piante femmine bisogna piantare un maschio e sapere ancora che il maschio deve essere piantato in sopra vento e in sotto vento le femmine, in questo modo il vento può trasportare il polline dei fiori dai maschi fino al pistillo delle femmine.

Il terreno, caratterizzato in prevalenza da rocce che affiorano in superficie, crea degli ostacoli alla





meccanizzazione di tutte le pratiche culturali indispensabili e determina elevati costi di produzione.

La difficile raccolta su questi terreni è il maggior motivo per il quale si impone ai pistacchietti etnei un ciclo di produzione biennale. Poiché a causa del pericolo di dispersione si è costretti a raccogliere direttamente dagli alberi con notevole impiego di costosa manodopera, si preferisce avere una annata totalmente vuota poi seguita da una abbondante.

### *Il frutto*

La Pistachia vera è una pianta non ermafrodita di origine persiana, dal fusto corto non dissimile nel suo aspetto al fico.

Il maschio il cui polline feconda la "Pistachia vera" è il terebinto (*Pistacia Terebinthus*), localmente chiamato "scornabecco" o anche "spaccasassi". Dal seme nasce prima il terebinto che viene successivamente innestato.



Le foglie sono composte, formate da 3-5 foglioline di forma circolare ellittica, di colore verde scuro. La specie è dioica: si hanno infatti piante maschili e piante femminili.

La riproduzione avviene da seme, a germinazione primaverile, e la messa a dimora in pieno campo, quando la pianta ha raggiunto l'età di circa cinque o sei anni. Il frutto si presenta in grappoli simili a quelli delle ciliegie, ma con molto maggiore numero di frutti. Sono delle noci, con mallo gommoso e resinoso dal colore bianco-rossastro al momento della maturazione, che avvolge il guscio legnoso molto resistente.

Sarà per lo straordinario connubio tra la pianta e il terreno lavico, ricco di sali minerali, sarà per il sole e l'aria di questa terra; sta di fatto che il frutto prodotto in questo lembo dell'isola cresce rigoglioso e supera dal punto di vista dell'aroma, del gusto e delle proprietà organolettiche la restante produzione mondiale. Nessun altro ha un colore verde smeraldo così brillante e un profumo così intenso, resinoso e grasso.



# *Buon Appetito!*

Opuscolo realizzato dal Servizio Nutrizionale di

