

# DALLA SUMMER SCHOOL DEL RESTAURO AL MOSAICO DEI SAPORI

## ARTE, CULTURA E BEN-ESSERE

6-17 luglio 2009

Abbazia di Pulsano  
Monte Sant'Angelo  
Castello di Bovino



## Ruvo di Puglia BARI

Ruvo di Puglia, adagiata su di una collina a 260 sul livello del mare, è immersa nel Parco Nazionale dell'Alta Murgia. Fu tra il V e il III sec. a.C. una città peuceta che batteva moneta propria e produceva, importava ed esportava una gran quantità di ceramiche; ne è testimonianza il Museo Archeologico Nazionale "Jatta" che custodisce una magnifica collezione di oltre 200 vasi classici in prevalenza apuli. Nel Museo si conserva anche lo splendido vaso di Talos, cratere attico a figure rosse, che raffigura la morte del mitico custode di Creta. Durante il Medioevo Ruvo fu più volte fortificata sia dai Normanni che dagli Svevi e fu proprio in questi anni che si pose mano all'edificazione della Cattedrale (XII-XIII sec.), uno dei più importanti esempi di architettura romanica pugliese.



Di notevole interesse è il centro antico della città, caratterizzato da scorci suggestivi, piazze e chiese, sedi di antiche confraternite. Tra le tradizioni ruvesi, degni di nota sono i riti della Settimana Santa e in particolare, nel giorno di Pasqua, lo scoppio delle Quarantane, fantocci dalle sembianze di una vecchia signora vestita di nero, appese ai crocchi delle strade principali dal primo giorno di quaresima.



### LE STRASCENOTE CU LA SALZA FRIESCKE E LA RECOTTA TUOSTE (ORECCHIETTE CON LA RICOTTA DURA)

**Ingredienti (per 4 persone)**  
350 g di orecchiette baresi, 50 g di ricotta dura, 250 g di pomodori pelati, basilico, olio extravergine d'oliva, sale quanto basta

**Preparazione**  
In una casseruola scaldare quattro cucchiai d'olio, aggiungere i pomodori pelati e un pizzico di sale. Lasciate sobbollire per circa mezz'ora. Con una forchetta schiacciate i pomodori fino a ridurli in crema, mettete del basilico, spegnete e coprite. Lessate le orecchiette in acqua salata, sgocciolatele bene e passatele sul piatto da portata tenuto in caldo. Conditole con la salsa e la ricotta grattugiata.  
Tra i vini consigliati:  
Castel del Monte DOC

## Orsara FOGGIA · MONTI DAUNI

Adagiata sulle pendici di monte San Marco e nascosta dai dolci declivi di monte Maggiore alla piatta e assolata piana di Capitanata, sta Orsara di Puglia come sentinella dei monti del pre-Appennino dauno. Composta nella sua architettura spontanea, serena si presenta allo sguardo, quando si affrontano gli ultimi tornanti. Il suo impianto urbanistico medievale asseconda gradevolmente gli umori del terreno sul quale, quasi a precipizio tra estranei abeti, si staglia il complesso architettonico dell'ex Abbazia di Sant'Angelo del X-XI secolo. L'origine di Orsara si confonde con la leggenda. Si parla di un'orsa trovata con due cuccioli in una tana, quasi a simboleggiare la suggestiva e primitiva



ricchezza di boschi incontaminati di questi luoghi. Sicuramente ebbe contatti con Osci e Irpini, come testimoniano i reperti archeologici conservati nel Museo Diocesano. Fu teatro di battaglie durante la seconda guerra punica; forse era attraversata dalla via Erculea, voluta dall'imperatore Caio Valerio Massimiliano detto Ercules (240-310 d.C.). Secondo altri, forse, nel periodo longobardo-bizantino vi dimorò un potente personaggio dal nome Ursus, dal quale deriverebbe il nome Orsara.

### PZZELL CH' I FOGL A MISCH (VERDURE SPONTANEE CON PASTA FATTA A MANO)

**Ingredienti**  
"Pzzell" (pasta fatta a mano con acqua e farina come tagliatelle corte 3 o 4 cm)  
Verdure miste: ciucurion, ciucuriell, fossstell, iet, acctlic, calcatric, pid d' nigli, ucch d' nuzzl, sprain, vurrain, scarol, cardill, mustazz d' crap, tunucchiell, spaccacess, spogne, aglio, olio, sale.

**Preparazione**  
Fate bollire in acqua salata le verdure miste "fogli a misch". Portatele a cottura e unite le "pzzell". Fate dorare in una padella dell'aglio con olio extravergine d'oliva, unite le verdure e la pasta. Fate saltare e servite.

chef **Peppe Zullo**



Hanno collaborato le Pro Loco

## Eataly · La Granda TORINO

Eataly nasce con l'intento di smentire l'assunto secondo il quale i prodotti di qualità possono essere a disposizione solo di una ristretta cerchia di privilegiati, poiché spesso cari o difficilmente reperibili. Il marchio riunisce un gruppo di piccole aziende che operano nei diversi comparti del settore enogastronomico: dalla celebre pasta di grano duro di Gragnano alla pasta all'uovo langarola, dall'acqua delle Alpi Marittime piemontesi al vino piemontese e veneto, dall'olio della riviera di Ponente ligure alla carne bovina piemontese, e ancora salumi e formaggi della tradizione piemontese italiana. Eataly propone dunque il meglio delle produzioni artigianali a prezzi assolutamente avvicinati, riducendo

all'osso la catena distributiva dei prodotti e creando un rapporto di contatto diretto tra il produttore e il distributore finale, saltando i vari anelli intermedi della catena. L'obiettivo di Eataly è quello di incrementare la percentuale di coloro i quali si alimentano con consapevolezza, scegliendo prodotti di prima qualità e dedicando una particolare attenzione alla provenienza e alla lavorazione delle materie prime; ad oggi infatti la percentuale di popolazione che assume un atteggiamento di questo tipo nei confronti di ciò che mangia è ancora molto bassa ed è spartita tra coloro che detengono un alto potere d'acquisto e tra pochi intenditori, che hanno già ben presente il valore dei prodotti sani e tradizionali. La filosofia che Eataly adotta in questo senso è duplice: da un lato si trova l'offerta dei prodotti, sia sotto forma di distribuzione che sotto forma di opportunità di ristorazione, mentre dall'altro esiste tutto un discorso impostato sulla didattica e articolato in corsi di cucina, degustazioni, corsi sulla conservazione corretta dei cibi, didattica per i bambini. Quest'ultimo aspetto riassume e la vera originalità di Eataly e costituisce il punto di partenza per instillare nel consumatore una corretta percezione della qualità, in grado di muovere le sane leve del gusto e del godimento che rendono l'essere



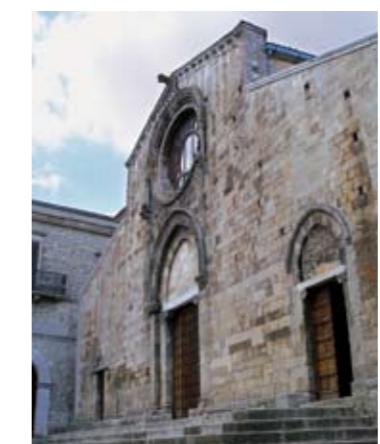
umano più appagato e felice, nella convinzione che "mangiare bene aiuti a vivere meglio".

Dall'individuazione dei produttori di eccellenza, al reperimento delle migliori materie prime disponibili sul territorio Eataly segue un percorso fatto di rispetto della tradizione ed educazione su un modo di alimentarsi "sano, pulito e giusto".

## Bovino FOGGIA · MONTI DAUNI

Città antichissima, fondata secondo una leggenda intorno al 1184 a.C. ad opera di Lastene venuto a stabilirsi con gli Eubei dopo la guerra di Troia. Arroccata sull'estremità meridionale dell'Appennino Dauno, gode di una posizione strategica che ha dato al paese una grande rilevanza storica. I Romani ne fecero una colonia chiamandola *Vibinum*, e nel periodo imperiale fu abbellita di templi, fori, terme e del magnifico acquedotto. Abbracciò presto la fede cristiana divenendo diocesi nel 440 d.C. con il vescovo Ugone. Crollato l'impero romano, fu più volte distrutta e ricostruita ad opera di diversi popoli: Longobardi, Saraceni, Bizantini. Dal X secolo fu sede episcopale ed ebbe la

sua cattedrale, magnifico esempio di architettura romanica. Nel 1045 fu conquistata da Drogone il normanno, Conte di Puglia, il quale eresse il castello sulle rovine della roccaforte romana, ampliato successivamente da Federico II e di cui oggi ammiriamo l'imponente Torre e l'annesso Cassero. Dopo aver subito il governo di varie signorie e feudatari, nel 1575 passò ai Guevara di Spagna che la governarono per oltre tre secoli assicurandone pace e prosperità e facendo del Castello ducale una ricca ed elegante dimora, vivace centro culturale che ospitò numerosi illustri personaggi. All'interno del palazzo è oggi allestito il Museo diocesano. Della storia di Bovino parlano in modo eloquente i suoi monumenti, le sue chiese, i musei, la Biblioteca diocesana e soprattutto il Centro Storico che si fregia di stemmi e portali e a cui è valso il riconoscimento di uno dei "Borghi più Belli d'Italia". Imperdibili sono gli scorci panoramici che fanno godere un paesaggio tra i più belli dell'Appennino Dauno.



**Prodotti tipici**  
salsiccia rocchiata, guanciale di maiale nero, pecorini e caprini freschi e stagionati, insaporiti anche con erbe e spezie aromatiche: formaggi al peperoncino rosso, al limone, alla mentuccia, alle noci, al timo ecc. Ottimo il cacioricotta, tipico formaggio di latte di capra (fresco o stagionato).

### ORECCHIETTE AL POMODORINO E CACIORICOTTA

Soffriggere in olio d'oliva aglio, cipolla e un trito di rucchetta selvatica e basilico. Aggiungere pomodorini freschi e a cottura ultimata superiore rucchetta e basilico fresco. Condire le orecchiette cospargendo con abbondante cacioricotta grossolanamente grattugiato.



## Maricoltura Mattinatarese MATTINATA (FG) · GARGANO

La Maricoltura Mattinatarese è un'azienda che opera da circa 20 anni nella produzione di orate (*Sparus aurata*), spigole (*Dicentrarchus labrax*), e saraghi (*Diplodus puntazzo*) di alta qualità. Sulla costa sud del Gargano, nelle stupende e pescose acque della baia di Mattinata, si trovano gli impianti a mare aperto. La nostra azienda si pone come obiettivo il rispetto dell'ecosistema, del mare e dei suoi prodotti; infatti prestiamo particolare attenzione all'alimentazione dei pesci nel rispetto della salute dei consumatori e dell'ambiente. I pesci vivono nel loro habitat naturale, in grandi gabbie circolari galleggianti e per questo la loro alimentazione è integrata con tanto alimento naturale.

Gli avanotti sono di origine nazionale. La Maricoltura Mattinatarese dispone di addetti all'attività produttiva, tecnici e lavoratori che hanno una lunga esperienza nel settore. Tali "operatori del mare" sono consapevoli che il mare e il suo patrimonio nutritivo devono essere costantemente controllati per garantire una migliore e continua qualità del prodotto al consumatore finale. La filosofia della nostra azienda è che il pesce, per essere di alta qualità, deve vivere nel suo ecosistema, mangiare bene ed essere controllato.

### Maricoltura Mattinatarese Soc. Coop. A. R. L.

C.da Mattinata - 71030 Mattinata (FG)  
Tel/Fax: 0039.0884.559797  
www.maricoltura.com - info@maricoltura.com



### FILETTI DI SPIGOLA AL CARTOCCIO CON ORTAGGI

#### Preparazione

Richiedete al vostro pescivendolo di fiducia di sfilettare e diliscare le spigole. Su ogni filetto, però, va lasciata la pelle. Mondate e lavate le verdure, tagliate le zucchine a bastoncino, eliminando la parte centrale delle zucchine. Tagliate a metà i pomodorini e privateli dei semi. Mettete gli ortaggi in una ciotola, aggiungete il coriandolo, le foglioline di timo e le olive. Condite con 5 cucchiaini di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Create quattro cartocci sistemando due filetti in ogni rettangolo di carta da forno o di carta stagnola, aggiustate di sale e di pepe e sistemate sotto i filetti 3 fettine di limone. Suddividete nei cartocci le verdure, spruzzate con il vino e irrorate con 1 cucchiaino di olio. Chiudete i cartocci, metteteli in una teglia ed informateli a 190° C per 25-30 minuti. Servite i filetti nei cartocci con le verdure, la salsa di cottura e il prezzemolo tritato.



## Junno Unico Gargano MONTE SANT'ANGELO (FG) · GARGANO

Junno Unico Gargano, semplicemente perché il Gargano è Unico in ogni sua sfumatura, nella sua cultura e nelle sue tradizioni. Dopo una lunga ricerca nei meandri delle antiche tradizioni garganiche, abbiamo voluto cimentarci in questo progetto di recupero della sapiente tradizione norcina garganica, per il piacere di riproporre ai nostri clienti l'incanto di un salume di eccellenza. Siamo partiti dalla scelta della materia prima selezionando i migliori suini allevati allo stato brado nei boschi che ci circondano, siano a setola chiara o scura, ma l'importante è che si alimentino autonomamente con ciò che offre loro il sottobosco, ricco di

ghianda e scorzone nero. Anche il processo produttivo è alla pari di quello d'allevamento, quindi completamente naturale e privo di qualsiasi additivo e/o conservante; ne conseguono dei salumi dai sapori decisi delicatamente conciatati con le spezie del nostro territorio.

Un consiglio: Monte Sant'Angelo è nota ai più per il pane, eccellenza gastronomica del territorio. Per questo si consiglia di degustare i nostri prodotti con il pane e le focacce di Monte Sant'Angelo, che i nostri fornai producono con i metodi antichi, tenendo viva la memoria e la tradizione.



## Deliceto FOGGIA · MONTI DAUNI

Deliceto è un comune della provincia di Foggia, situato nel pre-appennino dauno meridionale. Dista 37 km dal capoluogo ed è posto a 575 m s.l.m. Si estende per una superficie di 76 kmq ca. ed offre un paesaggio alquanto vario, con un'altitudine massima di 951 m e una minima di 207 m. Conta una popolazione di poco superiore ai 4000 abitanti. L'agricoltura, l'artigianato, la piccola industria fanno da volano all'economia locale. Il nome "Deliceto" è la forma contratta dell'espressione latina *de iliceto*, che significa "proveniente da un bosco di elci", pertanto il simbolo del paese è uno scudo coronato al cui interno compare l'albero d'elce. Le origini di Deliceto possono essere fatte risalire alla Protostoria, durante la



quale si stanziarono sul suo territorio popolazioni osco-italiche. Divenne, in seguito, un accampamento romano permanente e nei secoli a venire fu occupato da Longobardi, Normanni, Svevi e Angioini. Visse un periodo di splendore sotto il marchesato dei Piccolomini, insediatisi nel 1463. Nel 1790, con l'estinzione delle casate marchesali, venne dichiarato "Città Regia".

### PATATE, LAMBASCIONI E SALSICCIA IN PADELLA

#### Ingredienti (per 4 persone)

500 gr. patate, 150 gr. lambascioni (pulirli e lessarli per una maggiore digeribilità), 500 gr. salsiccia, 2 uova, sale pepe e olio extravergine q.b.

#### Preparazione

Sbucciare, lavare le patate e tagliarle a tocchetti. In una padella mettere olio, uno spicchio di aglio a pezzi, la salsiccia a pezzi e i lambascioni, mettere sul fuoco e agitare la padella per non fare attaccare il contenuto, aggiungere le patate e portare a cottura. Prima di spegnere, battere le uova e aggiungerle al composto.

#### Contorni

Caciocavallo prodotto con latte proveniente dai verdi pascoli del pre-appennino, tanto apprezzato da Sant'Alfonso M. De' Liguri.



### PIZZELLE E TALLI

#### Ingredienti (per 4 persone)

300 gr. di pizzelle, 150 gr. di talli, qualche piccola zucchina, 6/7 pomodorini maturi, olio extra vergine d'oliva q.b., caciocotta fresco, aglio, basilico fresco, sale q.b.

#### Per le pizzelle (per 4 persone)

300 gr. semola di grano duro, acqua q.b., 1 uovo

#### Preparazione

Pulire la verdura e lessarla per 5/10 min., poi aggiungere la pasta fresca e portare a cottura per altri 5 min. Preparare a parte il pomodoro facendo soffriggere l'olio con l'aglio schiacciato, lasciare imbiondire; versare i pomodorini e portare a cottura mettendo sale e basilico fresco. Infine scolare la pasta e condire con il pomodoro. Servire con una manciata di caciocotta fresco.

## Cannole LECCE

Vicinissima al mare, Cannole rappresenta turisticamente l'alternativa di élite, un'oasi per chi ricerca tranquillità, storia, cultura, folklore ed i sapori più autentici della cucina mediterranea.

Situata in posizione incantevole su un altipiano a 106 mt. sul livello del mare, dista 12 Km da Otranto e solo 8 Km dal mare Adriatico con un territorio di circa 20 chilometri quadrati, coltivato al 70% ad oliveto.

A ridosso dell'abitato insiste il Parco di Torcito, esteso per 203 ettari, interamente fruibile con itinerari di trekking e piste ciclabili.

A Torcito bisogna andarci ed immergersi lentamente, con umile rispetto, nella sua silenziosa maestosità, perché non è un semplice comune bosco di grande estensione, ma ha un'importanza di notevole spessore storico-paesaggistico dovuto alla presenza in essa di ambienti rupestri, costruzioni possenti completamente restaurate. Dalla torre della masseria fortificata, del XII secolo, si gode di un paesaggio fra i più belli del Salento: è un ondeggiare di chime verdi di ulivi verso l'orizzonte dei Laghi Alimini che si confondono con il mare e l'azzurro del cielo. Nelle giornate nitide si possono vedere ad occhio nudo le navi nel Canale di Otranto, i profili della costa e quelli delle montagne di Albania.

Le Guide Turistiche della Pro Loco sono sempre disponibili.

### La Festa della Munciceddha

Ogni anno, dal 1985, si tiene a Cannole, dal 10 al 13 agosto, un appuntamento unico: la Festa della Munciceddha. Quattro magiche serate di autentica festa popolare densa di storia, tradizioni, gastronomie nel ritmo della pizzica all'insegna dell'allegria e del divertimento.

Dall'antico appellativo di "cuzzari", raccoglitori di lumache, attribuito agli abitanti di Cannole, nasce l'idea di realizzare questa festa.

La manifestazione viene organizzata con cura e tanta passione dalla locale Pro Loco che, con spirito di volontariato, si impegna a rendere la festa sempre più accogliente ed efficiente. Ogni anno giungono a Cannole circa settantamila persone per gustare i piatti tipici della cucina salentina: spiedini di carne, salsiccia, fettine di cavalli, alici e ricotta forte, pezzetti di cavallo, pane di grano cotto nel forno a legna, olio d'oliva, peperoni a salsa, melanzane con aglio, peperoncino e menta, peperonata, pittule, polpettine, patatine, dolci di pasta di mandorla, spumone (gelato locale), e tante altre prelibatezze.

Naturalmente il piatto principe della serata è la "Munciceddha" che viene preparata in vari modi: soffritta, arrostita ed al sugo.



### MUNCIEDDHE SOFFRITE ALLA CANNOLESE

#### Ingredienti (per 8 persone)

1 Kg. di munciceddhe cannolesesi, ¼ l di olio extravergine d'oliva pugliese, una cipolla, peperoncino rosso, un bicchiere di vino rosato del Salento, sale.

#### Preparazione

Dopo aver lavato accuratamente le munciceddhe, senza spannarle, lessare in acqua bollente salata per 5 minuti. Si sciolano e si privano dell'opercolatura. Soffriggere nell'olio la cipolla ed il peperoncino, quindi aggiungere le munciceddhe, salare, rigirare per qualche minuto e spruzzarle con il vino. Cuocere ancora per far evaporare il vino e... buon appetito!

## Carpino FOGGIA · GARGANO

Aggrappato sul pinnacolo della collina "Pastromele", affascinante nella sua struttura concentrica, Carpino cattura l'attenzione di chi percorre verso est la strada a scorrimento veloce del Gargano: le sue case dalle morbide tinte pastello stupiscono piacevolmente, lontane e differenti dal bianco candido che siamo soliti immaginare per i paesi del sud: "mezzo nascosto nella stretta valle tagliata nelle pietrose profondità garganiche, è il risultato di una gara anarchica, un gioco urbanistico che alla fine ha trovato una perfetta compiutissima unità". L'abitato si affaccia sulla pianura che digrada verso l'adriatico e sorge su

un territorio di grande interesse archeologico e speleologico: una civiltà del gusto appresa dall'armonia del paesaggio fra montagna, pianura, lago e mare. Fichi d'India e ulivi ben ordinati come imponenti, vecchi guerrieri, sembrano posti a protezione del paese: alberi straordinariamente belli e curati gli ulivi di Carpino che qualificano una vocazione olearia tra le più rinomate del Gargano e dell'intera Puglia: rinomata è soprattutto la produzione della fava di Carpino nella sua varietà autoctona: un legume da sempre considerato un alimento basilare dell'alimentazione mediterranea per le sue ottime proprietà nutrizionali, come il ridotto

valore calorico, un elevato contenuto di proteine, carboidrati, vitamine e sali minerali: è proprio nel territorio di Carpino che la sua coltivazione trova le condizioni ideali per le favorevoli condizioni pedo-climatiche unite alla peculiare composizione del terreno. Un mix di genuinità, quindi, che si fonde sulla linea labile del lontano orizzonte con quello del mare e poi del vicino lago di Varano fino a rendere Carpino il paese dove l'aria è purissima, tanto che già nei primi anni di questo secolo un noto viaggiatore e geografo italiano, Antonio Beltramelli, scrisse che "...a Carpino l'aria vi è saluberrima...".



## Posta La Via SAN GIOVANNI ROTONDO (FG) · GARGANO

### Immobiliare Casa Sollievo della Sofferenza

L'azienda agricola Posta la Via è un lascito testamentario di un medico napoletano, il dottor Mario Di Giacomo, pervenuto alla Casa Sollievo nel 1952. Oggi l'azienda si sviluppa su oltre 200 ettari di terreno con un allevamento di circa settecento capi bovini sia da latte che da carne, un Caseificio per la lavorazione del latte e un Macello per la produzione di carne.

L'Azienda può essere divisa in tre settori: agricolo, zootecnico e caseario. Il primo provvede alla coltivazione in regime biologico dei foraggi utilizzati per l'alimentazione del bestiame e negli ultimi tempi anche alla produzione di ortaggi. Il settore zootecnico provvede all'allevamento di circa 400 bovini da latte e di 280 vitelli da ingrasso. Tutte le bovine da latte sono nate in Azienda e sono alimentate esclusivamente con materie prime e foraggi di propria

produzione; vengono munte due volte al giorno e sono costantemente controllate dagli operai addetti agli animali, dal veterinario aziendale e dal veterinario consulente.

Il latte crudo e fresco pastorizzato, per le sue caratteristiche igienico-sanitarie e nutrizionali, è riconosciuto con il titolo di "Alta Qualità". Il latte appena munto viene trasferito direttamente nel Caseificio dove entro dodici ore viene già utilizzato per essere imbottigliato e per la produzione di vari tipi di latticini e di formaggi (mozzarelle, ricotta,



caciocavalli, caciottine, burro, crescenza, yogurt, budini e gelato). I processi produttivi dei formaggi rispettano la tradizione locale e conservano la tipicità delle fasi di lavorazione in modo da garantire prodotti di elevata qualità. L'azienda Posta la Via è convenzionata con l'Università di Foggia ed è in collegamento con il Dipartimento di Scienze e Tecnologie Veterinarie per la sicurezza alimentare della Università di Milano. L'Azienda è sede di stages per la formazione di futuri addetti del

settore agro-zootecnico e la sperimentazione di nuove tecniche produttive del settore caseario. L'attività delle due Fattorie dell'Opera di San Pio è proiettata, secondo le direttive del Santo Fondatore, a fornire agli ammalati del suo Ospedale materie prime di qualità, quale contributo al suo disegno più ampio di sollievo delle sofferenze.

**Posta La Via**  
Immobiliare Casa Sollievo della Sofferenza  
Loc. Amendola - San Giovanni Rotondo (FG)  
Tel. 0881.700466