SUSPIRANNU di Vassallo Fabio

LA CUCINA SICILIANA VISTA DALLE MANI DI MIA NONNA "TERESA"

"Suspirannu®" nasce dal desiderio di mostrare le vere radici e origini culturali dell'Enogastronomia, e dalla smania di poter soddisfare qualsiasi desiderio Enogastronomico, attraverso le nostre Eccellenze Siciliane con le caratteristiche e le qualità dei prodotti più ricercati e pregiati del vero "Made in Sicily".
Un incanto: dalle olive all'olio, dalle spighe al pane; dal latte, ai formaggi. Prodotti genuini che sprigionavano semplicità e saggezza.
Un "suspiru" di Sicilia da elargire con amore.
Oggi, quel sospiro, desidera espandersi per portare i profumi di Sicilia, le sue tradizioni, il passato, la creatività, l'ingegno e la cultura in tutti gli angoli in cui vi è desiderio di esplorazione, di scoperta, di innovazione.
E "Suspirannu", tenendo fede a un proposito antico, diviene Azienda di eccellenze Enogastronomiche.
Una famiglia allargata di cui fai parte anche tu. Perché le emozioni condivise; **Emozionano di più!**

A Sicilia

La Sicilia, il cuore del Mediterraneo tale da essere stata nei secoli, il crocevia di popoli e culture attraverso il mare, contaminando e plasmando l'isola che oggi è.

Questo crocevia, riempì un'anfora pieno di cultura, tradizioni e di lingue che furono parlate in Sicilia, e nel tempo diedero vita al siciliano; l'antico dialetto che dietro l'illuminata e sapiente regia di Federico II fu elevata a lingua di Corte. Il volgare siciliano fu così lingua scritta oltre che parlata. Nacque in questo modo il primo nucleo della lingua italiana.

La Sicilia, terra d'incontro tra le culture dei mondi sconosciuti, si trova spesso ad essere avanguardia di scoperte e innovazioni. In Sicilia si ebbe il primo Parlamento nel 1129, con Ruggero II. L'Inghilterra lo ebbe solo nel 1264. Si ebbe il primo Stato "burocratico", vale a dire basato su funzionari e non su una organizzazione feudale (**Vassallo**, Valvassori e Valvassini). Si ebbe il primo stato "laico", indipendente dalla chiesa di Roma e soprattutto si continuò, come nel periodo Arabo, ad applicare uno spirito di tolleranza religiosa e civile che nel resto d'Europa sarà riconosciuta solo nel 1598 (cioè ben quattro secoli dopo) con l'editto di Nantes di Enrico IV di Francia. la Sicilia è la patria del grandissimo genio matematico Archimede da Siracusa.

La cucina siciliana non si sottrae a queste contaminazioni culturali, che nel ricco panorama della cucina italiana ne rappresenta un importante capitolo, fatto di un patrimonio alimentare originale ed unico. Si tratta infatti di una cultura gastronomica regionale complessa ed articolata, che mostra tracce e contributi di tutte le popolazioni e le culture che si sono stabilite in Sicilia negli ultimi due millenni. Possiamo riscontrare segni delle abitudini alimentari della Magna Grecia, passando ai dolci Arabi, e alle frattaglie di tradizione Ebraica. Gli Arabi ci portarono i profumi e le spezie dell'Oriente, che intrideranno di nuovi sapori i prodotti del Nuovo Continente. Il sole, un clima subtropicale mite e temperato, sono gli elementi che armonizzano le prime tre stagioni in una lunga primavera, mitigano l'inverno intonando perennemente un paesaggio floreale e sempre verde. In queste condizioni climatiche l'agricoltura dell'Isola dona fino a tre raccolti, rendendo, così, davvero varia la cucina siciliana. Il primo trattato di gastronomia che si conosca è del siciliano Archéstrato da Gela e risale al IV sec. a.C.
Le cassate siciliane confezionate nel monastero di Valverde, a Palermo, erano considerate le più delicate della Sicilia. la passione che le suore mettevano nella realizzazione di questo dolce era tale, che nel 1575, il sinodo diocesano di Mazara del Vallo, ne proibì la realizzazione perché distoglieva le monache dagli impegni spirituali.

Ne Il diletto per chi desidera girare il mondo o Libro di Ruggero pubblicato nel 1154, All'Idrissi,

geografo Arabo di Ruggero II di Sicilia, descrive Trabia, un paese a 30 km da Palermo, come una zona con molti mulini, dove si fabbricava una pasta a forma di fili chiamata itrya (dall'Arabo itryah che significa "focaccia tagliata a strisce"), che veniva spedita con navi in abbondanti quantità per tutta l'area del Mediterraneo sia musulmana che cristiana. Questa è la prima testimonianza scritta sulla pasta. In siciliano per dire un po' di pasta si dice: du' fila i pasta - richiamando la forma originaria della pasta appunto in fili: gli amatissimi **Spaghetti**. Nel Cinquecento in Italia la pasta era considerata un piatto strano o un lusso. Faceva eccezione in Sicilia, dove era già un cibo popolare.

E' stato il regno vegetale e legumi per molto tempo a fornire alle classi popolari il cibo principale per la loro alimentazione quotidiana. I cereali, soprattutto grano e granturco, rappresentavano la base alimentari delle popolazioni della Pianura Padana. Melanzane, zucchine e peperoni ecc. arricchivano la varietà alimentare della cucina popolare siciliana. Le donne siciliane, con la loro creatività arricchivano questi ortaggi con fantasiose modifiche che contribuivano a far diventare la preparazione un piatto da servire come portata unica. La maggior parte dei primi siciliani a base di pasta, sono sempre arricchite con altri ingredienti che la fanno diventare un sostanzioso piatto unico.

Nei piatti della cucina siciliana si usa quasi esclusivamente l'olio extravergine d'oliva, sia per cucinare che per condire. Lo strutto viene usato in alcune ricette in pasticceria, lo si usa per ammorbidire le cotture, ma il suo impiego in passato, era dovuto solo per ragioni di economia domestica.

Gli ingredienti principali, della cucina siciliana sono vegetali e marini. Le ricette di carni rosse si trovano ovunque; la carne ovina e il maiale sono maggiormente diffuse nell'entroterra e nei territori di montagna. Il sale è soprattutto marino, e i piatti sono impreziositi dalle erbe aromatiche che crescono in abbondanza: basilico, prezzemolo, menta, alloro, rosmarino, salvia, maggiorana, cipolle selvatiche e finocchietto selvatico, insieme a gelsomino, pinoli, uva passa, pangrattato tostato, scorza d'arancia, succo di limone, ecc. Molto utilizzate sono anche le mandorle, le nocciole e i pistacchi, sia nella preparazione di dolci e di bevande che per condire riso e pasta.

Il successo della cucina siciliana deriva dalla sua storia di 2 millenni o più; è ricca di circa 4000 piatti e non ha una unicità, infatti, ha varianti come barocca, rustica, popolare e di strada.

SALUMI E FORMAGGI

Descrivere in maniera esaustiva salumi e formaggi siciliani, è un'impresa a dir poco enciclopedica. Qui si propone quei prodotti che hanno una certa notorietà, o meglio ancora celebrità.
Salumi, formaggi assumono in Sicilia connotati di tipicità sia per le materie prime che per il modo unico di prepararli.
I salumi che insieme ai formaggi arricchiscono l'inizio di ogni gaudente pasto in Sicilia non sono numerosi; merita un posto d'onore per la sua prelibatezza Il Suino Nero dei Nebrodi o Nero delle Madonie. Razza autoctona siciliana di origini antichissime. Suini rustici, di colore nero, quasi selvatici, allevati nelle zone boscose dell'isola, sono presenti in Sicilia fin dai tempi più lontani. Resti fossili e antichi documenti scritti testimoniano la presenza di questi animali fin dal periodo greco e cartaginese (VII-VI secolo a.C.). Durante tutto il Medioevo era diffuso in Sicilia l'allevamento brado, che subì una contrazione solamente durante la dominazione araba per le note motivazioni di ordine religioso.
Queste razze è arrivata fino ai giorni nostri, con una diffusione in tutta l'isola ma con una maggiore presenza sui Monti Nebrodi. Le carni presentano poco grasso e sono molto gustose a causa degli alimenti di nutrimento naturali, come ghiande, castagne, nocciole, frutta e tuberi. Da questo delizioso animale si ricavano numerosi insaccati – su tutti merita attenzione il salame soprattutto quello prodotto nella zona di Sant'Angelo di Brolo che viene prodotto con taglio delle carni a punta di coltello e con solo sale e pepe nero.
I formaggi sono più numerosi è l'elemento che contraddistingue la loro tipicità è sempre il connubio tra materia prima e loro preparazione.
La Provola dei Nebrodi stagionata, detta anche Provola Sfoglia per la sua struttura, ha un peso che varia dai 3 a 7 kg. Possiede una crosta liscia e sottile mentre la pasta, a sfoglia, è consistente. Deve la sua peculiarità a quel lento e antico processo di stagionatura, completamente naturale, che viene scandito dal tempo nel suggestivo borgo medievale di Montalbano, e altri borghi dei Nebrodi e Madonie come Basicò e Castel di Lucio.
Molto simile alla provola è il caciocavallo. In Sicilia esistono due varietà principali di tale prodotto il caciocavallo palermitano (o di Godrano) e il Ragusano DOP. Questi due prodotti seppur realizzati con tecniche estremamente affini, trovano numerose differenze legate al territorio di origine. La prima varietà viene prodotta prevalentemente dal latte di vacche di razza cinisara, razza autoctona a mantello nero, facente parte del gruppo delle razze italiane. Dotata di spiccata rusticità e longevità, di capacità di utilizzazione di foraggi grossolani e di adattamento alle condizioni "estreme" di allevamento. L'allevamento della cinisara si sviluppa prevalentemente in zone marginali di collina e di montagna, dove trova le sue risorse prevalentemente nei pascoli permanenti ma anche nel sottobosco, e nelle limitate superfici di foraggere avvicendate. La zona tradizionale di produzione del caciocavallo palermitano, pur interessando tutta la provincia di Palermo ed alcuni centri della provincia di Trapani, si identifica nei comuni di Cinisi e Godrano.
Il Ragusano DOP, invece viene prodotto nella campagna ragusana sui monti Iblei utilizzando il latte di bovini di razza modicana. L'altopiano calcareo degli Iblei, che occupa il lembo sudorientale della Sicilia, degrada verso sud con verdi pascoli e campi coltivati fino a raggiungere le dune sabbiose,

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

ricche di vegetazione spontanea, della fascia costiera. La campagna ragusana, disegnata con la pietra calcarea dei caratteristici muretti a secco e punteggiata dalla tipica architettura rurale delle masserie iblee, si muove tra i carrubi secolari, gli olivi, i vigneti ed i pascoli naturali aspri, ma ricchi di essenze foraggiere dove pascolano liberamente le bovine della razza Modicana.
La ricotta al forno è un tipico formaggio della tradizione siciliana. Per preparare la ricotta al forno si prende una ricotta intera, che viene salata a secco e quindi infornata per un periodo variabile dai 20 ai 45 minuti a 180-200 gradi. La cottura provoca due fenomeni nella ricotta: la disidratazione e la conseguente compattazione della pasta, che diventa piuttosto solida e compatta, e la formazione di una crosta superficiale bruna e croccante, dall'aroma particolare. In questa fase sono fondamentali gli zuccheri residui nella ricotta, provenienti dal siero, che contiene tutti gli zuccheri del latte, i quali non vanno a finire nel formaggio. Una parte di questi zuccheri vanno a finire nella ricotta e quando sottoposti al calore del forno, si caramellizzano producendo la crosta bruna e il tipico sapore molto intenso di zucchero caramellato.
La ricotta al forno esiste in molte varianti dolci, salate, e speziate, le più interessanti dal punto di vista nutrizionale sono quelle che non prevedono l'aggiunta di ingredienti calorici come lo zucchero, che viene spesso utilizzato in alcune ricotte al forno aromatizzate al limone.
Nella Valle del Belice, si produce un formaggio pressoché unico nel suo genere. Il suo nome è "vastedda" (nel dialetto siciliano è il termine con cui si indica una forma di pane) deriva dalla sua forma rotonda (di circa 20 cm di diametro) e di forma schiacciata, con il bordo molto convesso, e si tratta di un formaggio ottenuto dal latte intero della pecora della Valle del Belice.
La "vastedda" è un formaggio fresco che viene prodotto tutto l'anno ma che dà il meglio di sé solo nel periodo estivo perché solo in questa stagione il latte prodotto da questi animali è ai massimi livelli di aromaticità è di presenza dei, componenti che consentono la fermentazione.
La peculiarità della "vastedda" è la lavorazione a pasta filata, rarissima nei formaggi di latte ovino, in quanto la caseina del latte di pecora non facilita la filatura.
Formaggio straordinario per fragranza, suadenza e intensità gustativa, la Vastedda va consumata freschissima: dopo circa un'ora dalla formatura è pronta per il consumo. È delicatamente profumata e in bocca prevale una nota di burro con sottofondo di erbe della valle del Belice, come le graminacee e la valeriana. Il modo migliore per gustarla è tagliarla in grosse fette e condirla con olio extravergine siciliano, pomodoro e origano. Può anche essere utilizzata come ingrediente di alcuni piatti locali, ad esempio il tipico pane cunzato. I pastori la accompagnano con vini rossi locali, ma un formaggio così delicato e fresco richiede piuttosto un bianco, meglio se dai locali vitigni grillo o inzolia.
Anche in Sicilia si produce l'immancabile pecorino. Il Pecorino siciliano è un formaggio che proviene dal mondo greco classico. Già nell'antichità è stato riconosciuto come uno dei migliori formaggi. Il 12 giugno 1996 la Commissione europea riconosce la DOP con decreto CE n. 1107/96. Il pecorino siciliano È un formaggio a pasta semidura bianca, dal colore e sapore forte. Di forma cilindrica, con una faccia leggermente concava, la forma tipo ha un peso variabile di kg 12 più o meno il 15%.
Il pecorino siciliano viene prodotto unicamente con latte di pecora crudo intero a cui viene aggiunto il caglio in un tino di legno. Si passa poi all'incanestratura e successivamente alla salatura. Può essere consumato ad un livello più o meno alto di stagionatura. Le sue caratteristiche cambiano secondo il

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

livello di stagionatura, anche se per poter essere marchiato necessita di un minimo di quattro mesi di stagionatura.
Prodotto in tutta la Sicilia, ma soprattutto nelle province di Agrigento, Caltanissetta, Enna, Trapani e Palermo.

GLI ANTIPASTI

Gli antipasti siciliani non ci si lascia prendere dal gusto e dall'appetito e non ci si limita nelle quantità al solo assaggio; proseguire il pasto è difficile. Rientrano tra i moderni antipasti della cucina siciliana, gli antichi sapori del "mangiare di strada" che anche oggi caratterizzano un modo di mangiare in Sicilia fatto di spuntini prodotti nelle rosticcerie e consumati per strada.

Arancini

Gli arancini è un classico tradizionale, preparazioni a base di riso nella cucina siciliana. Possono sostituire il primo piatto perché di fatto sono piccolo timballo di riso. Nella Sicilia orientale, a Messina e a Catania soprattutto, è d'uso prepararli a forma ovoide per quelli a condimento al prosciutto cotto. La forma preminente è rotonda, simile ad una arancia, dalla quale appunto prende il nome. Diversi anche i ripieni: con un tocco di formaggio nel catanese, con cipolla e vino bianco nell'ennese e con cacio, senza zafferano, nel ragusano e nel messinese.

Ingredienti 500 gr di riso nano, 150 gr di carne tritata di vitello, 1/2 passata di pomodoro casereccia o pelato, 100 gr di piselli sgusciati, 1 bicchiere di vino rosso, 1 cipolla bianca, 250 gr di panetto di mozzarella, sale e pepe q.b., olio di semi per frittura, 100 gr di burro, 300 gr di farina, 300 gr di pan grattato, chiodi di garofano, noce moscata q.b.
Preparate un vero ragù di carne alla siciliana è il segreto di arancini gustosi, in questo modo: soffriggete la cipolla tritata e aggiungete i piselli, aggiungete la carne tritata, sfumate con il vino rosso, un po' di sale, qualche chiodo di garofano, noce moscata quanto basta. La passata casereccia o il pelato e lasciate cuocere a fuoco basso, coprendo per circa due ore (aggiungete acqua se stringe troppo e poi fatelo ristringere). Appena il ragù sarà pronto e a temperatura ambiente passate alla preparazione degli arancini. Lessate il riso e scolate bene al dente. Rimescolatelo con il burro e lasciate freddare. Aggiungete un po' di ragù al riso per renderlo leggermente colorato. Prendete un po' dell'impasto fatto con il riso e fatene una conchetta, versate in essa un po' di ripieno, un dadino di mozzarella e coprite con altro riso, formando una palla. (Preparate una pastella di farina ed acqua con un pizzico di sale) Passate gli arancini nella pastella, poi passateli nel pan grattato. Friggete in olio abbondante quanto basta per dorare l'esterno. Servite caldi.

Crocchette di Patate

Originale il modo di prepararli in Sicilia.
Ingredienti 1/2 Kg di patate, prezzemolo, farina, pangrattato, 1 uovo, Sale e pepe
Bollire le patate e setacciarle, aggiungere poco il prezzemolo tritato, salare e pepare. Mescolare bene aggiungendo l'uovo, dividere in parti e dare la forma ovale tipo maccherone. (fare una pastella di acqua e farina densa con sale) Passarle nella pastella e nel pangrattato. Friggere in abbondante olio di semi già caldo.

Panelle

Ingredienti: farina di ceci. olio di oliva, limone.
Sciogliete in un tegame la farina di ceci nell'acqua fredda con la quantità necessaria fino ad ottenere una pastella densa. Mettete il tegame sul fornello a fuoco basso, mescolando continuamente con un cucchiaio di legno, cuocete sino a quando la pastella avrà una consistenza densa e cremosa. Versate questo composto su un piano e spianatelo, dandole uno spessore minimo di tre millimetri. Lasciate raffreddare e ritagliate le panelle nella forma che preferite. In padella fate cuocere abbondante olio e mettete le panelle; scolatele quando saranno dorate da ambo le parti, su carta da cucina e servitele caldissime spruzzate di poco sale. Una variante di questa specialità palermitana è quella di spruzzarle con qualche goccia di limone.

Sfincione

È un tipo particolare di pane consumato prevalentemente durante le vigilie più importanti del periodo natalizio - per l'Immacolata, per il Natale e per la notte di San Silvestro - a Bagheria. Non è la tradizionale forma di pane, ma una forma più elaborata che può diventare quasi un piatto unico. La pasta che lo compone è fatta lievitare due volte. Essa è schiacciata lievemente con le mani e la si lavora in modo che assuma una forma circolare. Al suo interno sono inserite tre sarde salate, fette di pecorino fresco, mollica mista a pecorino grattugiato, cipolla appassita in padella, origano e olio. Il

pane così ottenuto va cotto al forno. Le particolarità di questo tipo di pane sono l'elevato grado di morbidezza ottenuta con la maggiore presenza di acqua, la mancanza della particolare crosta che caratterizza le altre forme di pane e l'abbondante uso di olio per il suo condimento.

Pitoni messinesi

500 gr. di Farina di semola di prima macina, 1 cubetto lievito di birra, 50 gr. di sugna per dolci. 15 gr. di sale, 50 gr. di acciughe salate, 500 gr. di scarola riccia (indivia), 200 gr. di formaggio scamorza, 7 pomodori maturi, olio di oliva e di semi di buona qualità.

In un tegame intiepidite 200 g di acqua il sale ed il lievito mescolando fino alla completa soluzione. verserete il lievito preparato precedentemente alla farina. Impastate fino a far assorbire tutto il liquido, aggiungete, infine, lo strutto e continuate ad impastare fino ad amalgamare il tutto. L'impasto deve restare morbido e non incollarsi alle mani, in caso aggiustare con acqua tiepida e farina, poi coprite e fatelo riposare e lievitare per il tempo necessario (dalle 2 alle 3 ore). Tagliare a cubetti la scamorza e tagliare in piccoli pezzi la scarola riccia, tagliare a pezzetti il pomodoro. Formate 10 panetti di uguale peso senza impastare ulteriormente. Spianate con un mattarello un panetto fino a ridurlo ad una sfoglia di 2/3 mm circa di spessore quindi disponete sopra un piatto di medie dimensioni capovolto e con un coltello ritagliate un cerchio asportando i resti della pasta. Disponete nel semicerchio inferiore 3 4 pezzettini di acciughe, un ciuffo di scarola riccia, l'equivalente di 20 g. di scamorza tagliata a cubetti, un pizzico di sale e il pomodoro tagliato a pezzetti. Ricoprite fino a far combaciare i bordi e pressate lungo la circonferenza con le dita per far incollare i lembi. L'operazione va ripetuta per tutti i restanti panetti. Friggete in abbondante olio di semi bollente fino alla doratura. Suggerimenti Per una perfetta riuscita della ricetta è indispensabile seguire scrupolosamente la scelta degli ingredienti e le fasi di preparazione. Non scaldare troppo l'acqua in quanto una temperatura superiore a 30/35 gradi distrugge i fermenti del lievito rendendolo praticamente inefficace. Prima della spianatura dell'impasto è necessario spolverare di farina il piano di lavoro in modo da non far attaccare il pitone. Durante la preparazione del pitone è necessario disporre gli ingredienti senza sporcare con olio, farina i bordi che andranno sovrapposti al fine di permettere una perfetta saldatura per una buona riuscita del pitone. Immergere in olio il pitone dopo almeno 5 minuti dalla preparazione per permettere il consolidamento della saldatura. Il pitone, durante la frittura, deve galleggiare nell'olio; pertanto, se non si dispone di una friggitrice si possono ottenere ottimi risultati utilizzando una casseruola di alluminio con bordi alti nella quale andrà versata una quantità di olio di semi tale da far galleggiare i

pitoni (2 l circa). Disporre i pitoni fritti in posizione orizzontale e su della carta assorbente per distribuire uniformemente l'impasto interno e far assorbire l'eccesso di olio. Servire ancora caldi.

Caponata

I modi per preparare questo piatto tipicamente estivo sono svariati sia nell'uso o meno di alcuni ingredienti che nel modo di cucinarli. Qui una ricetta leggera e gustosa; forse non è la più pantagruelica, ma sez'altro è saporita e leggera per quanto è possibile rendere leggera una pietanza che comunque contiene qualche frittura. La caponata con il suo sodalizio di verdure e il modo di servirla fredda è il piatto che più di ogni altro rappresenta l'estate.

Ingredienti: una melanzana grossa tonda, un peperone verde, 2 foglie di sedano, 1 cipolla fresca Tropea, capperi, pinoli, olive salate (o verdi), sale, olio extravergine di oliva, un cucchiaino di zucchero un dito di aceto di vino rosso. Tagliate la melanzana a cubetti salatele e lasciatela riposare per un'ora in modo che perda l'amaro. Sciacquate la melanzana spremetela con le mani per fare uscire i liquidi drenati dal sale friggete in olio extravergine di oliva per ¾ di cottura; finita la frittura lasciate i cubetti di melanzane in un piatto a gocciolare l'olio dopo aver messo sul fondo un foglio di carta assorbente. Tagliate a pezzetti il peperone il sedano e la cipolla. Fate bollire una pentola di acqua calda e versate insieme il peperone e il sedano dopo tre minuti versate la cipolla e fate cuocere per altri due minuti, a fine cottura scolate. Preparate una pentola con dell'olio di oliva versate i capperi, i pinoli, le olive che avrete snocciolato e tagliato a pezzetti. Fate riscaldare il tutto e versate le verdure scolate e la melanzana, versate l'aceto unito e mescolato allo zucchero, fate cuocere per 10-15 minuti. Servite fredda anche il giorno dopo che è più buona. La ricetta non contiene di proposito il pomodoro, troppo dominante come gusto, tale da coprire il sapore e l'odore, e il gusto delicato delle altre verdure.

Melenzane ripiene

Ingredienti: 12 melanzane piccole (quelle che la pianta genera nel secondo o terzo raccolto stagionale), 500 gr pan grattato, 100 gr parmigiano, 4 pomodori maturi, sale, capperi, e un ciuffo di prezzemolo, qualche foglia di basilico, 2 spicchi d'aglio, olio di oliva extravergine, aceto, e sale q.b.

Piatto tipico del milazzese che è adatto come antipasto che secondo di verdure; richiede una lunga preparazione, senz'altro ripagata da una assoluta bontà nel gusto e da un originale aspetto estetico. Le melanzane che si impiegano per questo piatto sono quelle piccole e mature che la pianta fa crescere dopo il primo raccolto e si trovano in commercio solo in Sicilia.

Si tagliano i torsoli delle melanzane alla base lasciando una area di circa 3 cm. Si scavano le melanzane iniziando da dove è stato reciso il torsolo con un cucchiaino, o meglio ancora con uno svuota zucchine, facendo attenzione che non si lasci molta polpa nelle pareti in prossimità della buccia che deve comunque rimanere. La polpa che è stata asportata va salata e lasciata riposare per qualche ora. Si prepara una ampia padella tagliati fini i due spicchi d'aglio, il prezzemolo e i capperi, si fanno rosolare appena con l'olio e si aggiunge subito il pomodoro tagliato a pezzetti, verso metà cottura si unisce la polpa delle melanzane opportunamente lavata. A cottura ultimata, che si ha quando la polpa delle melanzane è diventata cremosa, si spegne il fuoco e con il tutto ancora tiepido si aggiunge il parmigiano e il pan grattato che devono avere lo scopo di legare il tutto rendendolo un ripieno abbastanza sodo. A questo punto con un cucchiaino da caffè si riempiono le melanzane precedentemente svuotate, avendo cura di chiuderle con il torsolo pulito dalla parte molle e rivolto all'ingiù dentro la melanzana in modo da formare un tappo. Ponete il tutto in una padella e friggete delicatamente da tutti i lati le melanzane ripiene, infine sfumante con aceto coprendo con un coperchio e spegnete. Sono ottime tiepide, gradite anche fredde.

Insalata di polipo

Ingredienti: uno o più polipi di circa 1 chilo, 1limone, olio extravergine d'oliva, sale e pepe quanto basta, 1 mazzetto di prezzemolo. Fate bollire dell'acqua salata in una grande pentola e copritela con un coperchio. Non appena l'acqua bolle, gettate il polipo (o i polipi) e lasciatelo cuocere per circa un mezz'ora. Spegnete il fuoco e fate riposare il polpo dentro l'acqua per altri 30 minuti. Scolate il polpo e tagliatelo (affettatelo se il polito supera i 2 chili) a pezzetti. Sistemate i pezzettini su un piatto largo. In una tazza preparate una salsa con olio, sale, pepe e limone. Versate la salsa così preparata sul

polipo tagliato. Spolverate con il prezzemolo tritato e servite a tavola.

Alici marinate

Ingredienti: alici kg 1, succo di 2 limoni odori (prezzemolo peperoncino fresco), olio extravergine, sale. Pulire le alici sviscerandole ed eliminandole la testa, apritele a libro e diliscatele separando i filetti quindi lavatele sgocciolatele e ponetele in un capace piatto cercando di non sovrapporle troppo. Versatevi sopra il succo dei limoni e lasciatele marinare per almeno 6 ore al fresco. Quando diventeranno bianche sono pronte per essere sistemate sul piatto di portata ed irrorate con abbondante olio un po' di sale.

Stoccafisso all'insalata

Ingredienti: 300 g di stoccafisso già ammollato, 50 g di pomodoro dattero o secchi, 1 cipolla Rossa, prezzemolo, capperi, sale, olio extravergine di oliva, il succo di un limone.
Sfilettare lo stoccafisso con un coltello da carne, porre in una insalatiera e condirlo con i pomodorini e la cipolla tagliati a pezzetti, i capperi, il succo di limone, e l'olio di oliva extravergine salare quanto basta. Servire a temperatura ambiente.

PRIMI PIATTI

Pasta alla Norma

Il nome "norma" è un omaggio, da parte dei catanesi, a Vincenzo Bellini grande compositore di opera. molto probabilmente questo piatto esisteva in tempi anteriori a quelli in cui visse il celebre musicista.

Ingredienti: 500 gr di spaghetti, 300 gr di salsa di pomodoro, 1 chilo di melanzane nere, 150 gr di ricotta salata, 100 gr di ricotta fresca, olio d'oliva extravergine, 8 foglie intere di basilico, sale e pepe q.b.

Sbucciate le melanzane, tagliatele a tocchetti e lasciate in uno scolapasta per circa un'ora dopo averle spolverate con un poco di sale. Preparate dell'olio caldo in una padella, scolate le melanzane e soffriggetele. Quindi mettetele ad asciugare su un foglio di carta assorbente per eliminare l'olio superfluo. Nel frattempo, fate bollire dell'acqua in una pentola, calate gli spaghetti e salate. Non appena pronti, scolateli bene, sistemateli in zuppiera ed aggiungete la ricotta fresca, il basilico tritato e la salsa di pomodoro. Mescolate tutto e dividete nei piatti gli spaghetti, ai quali saranno aggiunte le fette di melanzane fritte. Grattugiate un po' di ricotta salata e guarnite i piatti con le foglie di basilico.

Ragù alla siciliana

Ingredienti: gr. 300 carne di vitello, gr. 500 passata di pomodoro, un cucchiaio di conserva di pomodoro, 1 cipolla bianca. olio di oliva, qualche chiodo di garofano, due pezzetti di parmigiano, noce moscata q.b. Sale. soffriggete la cipolla tritata e aggiungete i piselli freschi (congelati se fuori stagione), aggiungete la carne tritata, due tocchetti di parmigiano, un po' di sale, qualche chiodo di garofano, noce moscata quanto basta. La passata casereccia (o il pomodoro pelato) e lasciate cuocere a fuoco basso, coprendo per circa due ore. Riportate tutto sul fuoco per qualche minuto e usatelo per condire i maccheroni asciutti.

Maccaruni

Ingredienti gr. 500 di farina bianca, 2 uova, sale.
Con la farina sulla spianatoia, fate l'impasto mescolando le uova insieme ad un pizzico di sale e l'acqua necessaria ad avere una pasta soda ed elastica. Lavoratela e stendetela con il mattarello a sfoglia sottile e ritagliatela in rettangoli. Arrotolate i pezzi di pasta su un ferro da calza così da formare dei maccheroncini; man mano che saranno fatti, le poserete su una tovaglia infarinata. Prima di cuocerli lasciateli seccare per 1/2 giornata circa. Condite con un bel ragù alla siciliana.

Pasta al forno

Ingredienti: 300 g carne di vitello, 500 g passata di pomodoro, un cucchiaio di conserva di pomodoro, 1 cipolla bianca. olio di oliva, qualche chiodo di garofano, due pezzetti di parmigiano, noce moscata q.b. Sale, una melanzana grossa 3 uova sode, 200g di prosciutto cotto, 200g di provola sfoglia, 100g di parmigiano 800 grammi di pasta sedanini o pennette.
Preparate un bel ragù alla siciliana come sopra lasciandolo leggermente meno stretto. Tagliate a pezzetti la melanzana e dopo averla messa sotto sale per un'ora friggetela. Tagliate a fette le uova sode. Sbollentate la pasta per 3 minuti. In una teglia capiente mettete un fondo sottile di ragù aggiungete uno strato di pasta dopo averla scolata e condita leggermente con un po' di ragù. Mettete le uova e il prosciutto cotto. Uno strato sottile di ragù. Nuovamente uno strato di pasta con le melanzane mescolate. Ancora uno strato di provola sfoglia a fette condite con uno strato di ragù, infine spolverate con il parmigiano. Cuocete in forno a 200 gradi per 40 minuti. Servite calda dopo averla fatta riposare 5/8 minuti uscita dal forno.

Gnocchi

Nel ragusano li chiamano "gnucchitti" e vengono conditi con sugo di pomodoro o di carne, e pecorino, costituendo una specialità locale, nel trapanese "gnucchitieddi"; in altre zone li chiamano anche "cavati", "cavatieddi", "cavatuna" ("cavato" da "incavato" per la forma schiacciata): Spesso vengono confezionati non solo a forma di conghigliette, ma schiacciati col pollice su una grattugia, o su un "pettine", in modo che all'esterno rimanga impressa in superficie l'impronta con la relativa rigatura. Gli "gnocculi busiati" del marsalese e di Erice non sono che i "maccaruna di casa".

Cavatieddi

Ingredienti: gr. 300 di farina bianca - gr.50 pecorino grattugiato - ragù di carne oppure salsa di pomodoro - olio di oliva - sale.
Impastate la farina con sale e un cucchiaio di olio, insieme all'acqua tiepida necessaria per ottenere un impasto abbastanza solido. Separatela a pezzi e fatene dei bastoncini piccoli che taglierete a pezzetti lunghi circa un centimetro, che schiaccerete con il dito pollice per dargli la forma di una piccola conchiglia. Stendeteli su una tovaglia infarinata e fateli riposare per un'ora e mezza circa. Versateli in abbondante acqua bollente che avrete già salata, e serviteli conditi con il ragù di carne, oppure con della salsa di pomodoro.

Lasagne cacate

Gli ingredienti utilizzati sono: 500 grammi di farina bianca, 4 uova intere, 300 grammi di ragù (di concentrato di pomodoro, salsiccia e cotenna di maiale), 250 g di ricotta fresca setacciata, 50 g di pecorino grattugiato, sale e pepe.
La farina va impastata con le uova intere ed un pizzico di sale sciolto in acqua tiepida; la pasta così ottenuta va stesa sullo spianatoio e tagliata in listarelle di tre - quattro centimetri di larghezza da lessare in acqua moderatamente salata. Intanto preparate il ragù utilizzando un chilo e duecento grammi di carne di maiale o di vitello, 300 grammi di estratto di pomodoro, 1 cipolla, 100 grammi di

strutto, vino rosso e sale. La carne va legata con lo spago e rosolata nello strutto finché non raggiunge una perfetta doratura. La carne va riposta da parte e nel grasso ottenuto durante la sua cottura va soffritta la cipolla tritata. Al soffritto così ottenuto va aggiunto l'estratto sciolto in poca acqua ed il tutto si lascia amalgamare un po'. Successivamente si aggiunge un litro d'acqua circa e si aggiunge la carne. Il tutto va cotto per circa due ore e mezza a fuoco lento aggiungendo, a metà cottura, un bicchiere di vino rosso e sale. A fine cottura, il pezzo di carne va separato dalla salsa così ottenuta. In molti casi, tale ricetta prevede che la carne sia tagliata a fette, condita con tale salsa e servita. In questo caso, il ragù occorre per condire le lasagne. In effetti, una volta che le lasagne sono state lessate, occorre immergerle nel tegame del ragù e condite col formaggio, cosparse di ricotta ed insaporite con pepe nero appena macinato.

Pesto alla siciliana

Ingredienti: 100g di noci sgusciate, 150 g di ricotta salata o a piacere un mix di parmigiano e pecorino, 200 grammi di pomodori Pachino, una manciata di pinoli, quattro filetti di alici, basilico, prezzemolo, olio extravergine di oliva quanto basta per rendere fluido il tutto.
Tritate insieme le noci sgusciate e i pinoli, uniti attori la ricotta salata e frullate insieme al basilico e al prezzemolo senza raggiungere l'omogeneizzazione mettete in seguito i filetti di alici e l'olio, frullate ancora fino a che il composto non risulterà fluido. A questo punto mettete i pomodori pachino e frullate il composto per 2-3 minuti e il gioco è fatto! Pronto in pochissimo tempo il pesto alla siciliana è un ottimo sugo sia per la pasta "espressa" che per la pasta fredda, si accompagna con un vino rosso.

Pasta ca' muddica

Ingredienti: 400 gr. di spaghetti o linguine, 400 gr. di pomodori maturi, 2 spicchi d'aglio, 4 acciughe dissalate, 80 gr. di mollica di pane raffermo grattugiata, 1 cucchiaio di prezzemolo tritato, 1 o mezzo peperoncino piccante, 6 cucchiai di olio extravergine di oliva, sale
Lavate e asciugate i pomodori, tuffateli in acqua bollente per 2 minuti, pelateli e tagliateli a pezzetti. Tritate le acciughe. Pelate gli spicchi d'aglio e rosolateli con 1 cucchiaio d'olio. Unite i pomodori, le acciughe, il peperoncino e il prezzemolo. Cuocete a fuoco moderato per 15 minuti. Aggiustate il sale. Nel frattempo, lessate la pasta in abbondante acqua salata. versate l'olio rimasto in una padella e fate imbiondire la mollica di pane. Scolate la pasta ben al dente. Trasferite in una zuppiera, condite con il sugo, mescolate e cospargete con l'olio e la mollica tostata (muddica).

Pasta con il cavolfiore

Ingredienti: gr. 400 di spaghetti. 1 cavolfiore di circa 600 gr., gr. 50 pecorino grattugiato, 1 cipolla, olio d'oliva, uva passa, sale, pepe.
Pulite lavate e lessate il broccolo in abbondante acqua. Scolatelo quando sarà ancora al dente e tagliatelo a piccoli pezzi. Tagliate la cipolla a fettine sottili, rosolatela in padella con olio abbondante, aggiungete poi il cavolo ed un po' della sua acqua di cottura, salate, pepate, mescolate delicatamente e lasciate insaporire. Intanto avrete fatto cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata. Scolateli e serviteli conditi con i broccoli cotti in padella e il pecorino grattugiato.

Pasta con le sarde

Ingredienti: 500 gr. di bucatini, 700 gr. di sarde diliscate private della testa e delle interiora, 3 mazzi di

finocchietto, un cucchiaio di estratto di pomodoro, una cipolla, 4 acciughe salate pulite e diliscate, un cucchiaio di pinoli, un cucchiaio di uva passa, zafferano puro a fili, olio d'oliva extravergine, sale pepe q.b., 1/2 bicchiere di vino bianco.
Mondate il finocchietto selvatico e lessatelo in abbondante acqua salata per circa mezz'ora. Scolatelo e mettete da parte l'acqua di bollitura, quindi tritatelo grossolanamente e soffrigetelo con poco olio. A parte fate dorare, a fuoco lento, la cipolla tritata finemente. Aggiungete le acciughe e l'estratto di pomodoro, sciolto con 1/2 bicchiere di acqua e 1/2 di vino bianco. Lavorate il composto con una spatola di legno affinché si trasformi in una crema. Unite una metà delle sarde diliscate, il finocchietto, l'uva passa con i pinoli e lo zafferano e fate cuocere a fuoco lento per circa mezz'ora. Allungate il composto, di tanto in tanto, con l'acqua di cottura del finocchietto. A parte friggete l'altra metà delle sarde diliscate, e dopo averle fatte dorare depositatele su della carta assorbente per eliminare l'olio superfluo. Fate lessare i bucatini nella restante acqua dei finocchietti. Scolate i bucatini al dente, mescolate con il condimento e metteteli in un piatto di portata, aggiungendo le sarde fritte. Servite spolverando a piacere con pane grattato tostato.

Pasta con le zucchine

Ingredienti gr. 400 spaghetti - 3 zucchine bianche, olio di oliva, sale, basilico, peperoncino fresco. Pulite, lavate e asciugate le zucchine, quindi tagliatele a fette e friggetele con olio caldissimo, togliendole quando sono dorate; fatele sgocciolare su carta da cucina, spruzzatele di sale e tenetele al caldo. Fate bollire abbondante acqua salata e lessate gli spaghetti. Scolateli e, su un piatto di portata caldo, mescolate le zucchine fritte aggiungete un po' di olio basilico e peperoncino.

Pasta cu maccu

Ingredienti: 400 g di fave secche sgusciate, 300 g di tagliatelle (o spaghetti), 1 cipolla, olio d'oliva, pepe e sale.
Mettere le fave a bagno in acqua tiepida la sera prima della preparazione della ricetta. Scolarle e cuocerle in un litro di acqua bollente. Quando sono cotte unire le tagliatelle (o spaghetti), spezzettate e cuocerle al dente. Far rosolare in olio d'oliva piuttosto abbondante la cipolla tritata e versare il soffritto nella pasta. Pepare, salare e lasciar riposare per 5 minuti prima di portare in tavola. Si può servire anche fredda.
Oppure: fate ammorbidire le fave secche ponendole dentro un tegame con l'acqua e lasciatele riposare per circa 12 ore. Oppure sbucciate delle fave fresche e grosse e copritele con l'acqua. Mettete il tegame sul fuoco e fate cuocere per circa un'ora. Scolate le fave e schiacciatele con una forchetta fino a farle diventare una purea. Nel frattempo, pulite i giri e lessateli a parte. Mentre si cuociono, rimettete nel tegame la purea, aggiungete olio, sale e pepe ed amalgamate tutto. Sistemate la purea di fave dentro una zuppiera ed unite i giri lessati e tagliati a pezzetti. Condite poi con olio crudo. Servite il tutto in un piatto grande. Il maccu è ottimo anche con la pasta fresca.

Spaghetti al nero di seppia

Ingredienti: 400gr. Spaghetti, 350gr. di seppie, 2 spicchi d'aglio, 1/2 bicchiere di vino bianco, 1/2 bicchiere olio d'oliva, due cucchiai di concentrato di pomodoro, sale, basilico. Pulire le seppie, avendo cura di conservare il sacchetto con il nero e tagliuzzarle. In un tegame soffriggere con l'olio gli spicchi d'aglio tagliati in due, aggiungere le seppie e far prendere un bel colorito; versare il vino e fare evaporare. Unire il concentrato di pomodoro, aggiungete il sale e cuocere a fuoco moderato per 20 minuti. A cottura quasi ultimata rifinire colorare il condimento con il nero di seppia contenuto nel sacchetto. Lessare gli spaghetti, scolarli al dente e maneggiarli nel tegame con le seppie. Servire in un piatto da portata, decorando con altro un ciuffo di basilico.

Spaghetti con le uova dei ricci

Ingredienti: 500 gr. di spaghetti, 30 ricci di mare, 1 spicchio d'aglio, pepe e sale quanto basta, un mazzetto di prezzemolo, olio d'oliva extravergine.
Tagliate i ricci a metà, puliteli bene e prelevate le uova che sistemerete in una terrina.
Mettete sul fuoco una padella con dell'olio e fate soffriggere a fuoco lento l'aglio schiacciato. Mettete una pentola sul fuoco con l'acqua e portate ad ebollizione. Salate, calate gli spaghetti e fateli lessare. Scolateli bene al dente e conditeli con l'olio, dopo avere eliminato l'aglio. Aggiungete quindi le uova dei ricci senza mescolare e spolverate con abbondante prezzemolo tritato e pepe. Serviteli caldissimi su di un piatto di portata.

SECONDI PIATTI

Involtini di pesce spada

Ingredienti: 16 fettine di pesce spada dalla pancia da 20 gr. ciascuno tagliati sottili, 20 gr. pinoli, 50 gr. formaggio parmigiano, qualche scorzetta di limone grattugiata, 50 gr. di olio d'oliva extra vergine, pangrattato, prezzemolo, sale e pepe q.b.
Per il ripieno ponete in un piatto il pangrattato l'olio, un po' d'acqua, i pinoli, il sale e il pepe e l'aglio tritato e le scorzette di limone impastate amalgamando. Preparare gli involtini spianando i tocchetti di pesce spada e sistemando, bagnandoli in olio di oliva, su ciascuno mettere un pugnetto di ripieno; arrotolarli e infilzarli negli spiedi. Grigliare per 5 minuti circa.

Salmoriglio

Il nome "salmoriglio" proviene da "Salamoia". È una tipica salsa siciliana con la quale si condiscono tutte le carni ed i pesci arrostiti; in Sicilia per "arrostire" si intende solo la cottura alla brace. La salsa

viene spalmata sui cibi prima, durante e dopo la cottura.
Il salmoriglio per il pesce si prepara unendo 4 cucchiai di olio extravergine di olio di oliva con un pizzico di sale, il succo di mezzo limone, un ciuffo di prezzemolo uno spicchio di aglio schiacciato, il tutto viene mescolato con un cucchiaio come per sbattere le uova. Per il salmoriglio per la carne alla griglia stessa preparazione senza limone e prezzemolo con l'aggiunta di origano.

Zuppa di cozze

Ingredienti: 2 kg di cozze, 1 spicchio d'aglio, 2 pomodori, prezzemolo, 4 pomodorini, sale e pepe q.b.
Lavare bene le cozze e metterle in una casseruola con l'olio e lo spicchio d'aglio. Aggiungere i pomodori tagliandoli a pezzi, Lasciare insaporire e scuoter più volte la casseruola finché le cozze non saranno tutte ben aperte. Cospargere con un pizzico di sale e pepe, abbondante prezzemolo tritato.

Zuppa di pesce

Ingredienti: 800 g di pesce misto tipo: nasello (merluzzetto), dentice, cozze, polpi, seppie, scorfani, 200 gr di pomodori maturi, 1 cipolla, 1 costina di sedano, prezzemolo, aglio, 1/2 bicchiere di vino bianco, olio, fette di pane, sale e pepe sale e pepe q.b.
Lavare il pesce e togliere la carne tagliarla a pezzi diliscandola con cura. Mettere tutte le parti di scarto in una casseruola con 1 litro d'acqua, un pizzico di sale, il prezzemolo, 1 pezzo di cipolla e una foglia di alloro, coprire e far bollire per 30 minuti. In una pirofila mettere un tritato di cipolla, sedano, prezzemolo, lo spicchi d'aglio intero, e i pomodori fatti a pezzi. Aggiungere i pezzi di pesce, due cucchiai d'olio, un pizzico di sale e pepe, il vino bianco e tutto il brodo filtrato. Far cuocere per 30 minuti in forno. Infornare anche le fette di pane e abbrustolite sistemarle nei piatti dove verrà versata la zuppa

Cotoletta alla palermitana

Ingredienti. g 600 di fettine di vitello, pane grattato, olio di oliva, sale e pepe.
Spianate con il batticarne le fettine di vitello, cospargetele con sale e pepe, ungetele di olio e passatele nel pangrattato. Premete le fettine tra le mani perché il pangrattato aderisca bene. Cuocete sulla bistecchiera, rigirandole una sola volta, e servitele calde.

Calamari o Totani ripieni

Ingredienti:.4 calamari (o totani di Lipari) da 250 g ciascuno, 250 g di pan grattato, 2 cucchiaini da caffè i capperi di siciliani, 2 cucchiai di pinoli, 1 spicchio d'aglio finemente tritato, olio d'oliva extravergine siciliano, sale e pepe quanto basta.
Calamari ben puliti: via lo stomaco e la testa; tagliate i tentacoli, tritateli e soffriggeteli in poco olio. Aggiungetele del pangrattato con i capperi, i pinoli insieme al prezzemolo tritato, l'aglio e il sale. Mescolate il tutto con olio e acqua. Con composto ottenuto, riempite i calamari e chiudeteli con uno stuzzicadenti. Poi disponeteli in una pirofila unta d'olio, salateli e irrorateli con olio se li passate in forno per circa 30 minuti. Oppure, senza olio, gratinate grigliate in griglia alla brace per circa 10 minuti.

Sugo di totani ripieni

Stessi ingredienti di sopra con l'aggiunta di 500 g di passata di pomodoro 4 cucchiai di pomodoro vanno aggiunti al pangrattato avendo soffritto prima i tentacoli tagliati a pezzetti e si procede come sopra aggiungendo anche qualche cetriolo di cappero. Una volta riempito il totano friggete leggermente in padella. Preparate a parte con il resto di pomodoro un sugo di pomodoro con uno spicchio di aglio e qualche branca di totano che avete messo da parte precedentemente. A metà cottura ponete i totani nel sugo e completate la cottura. Avete così ottenuto un ottimo sugo per condire un delizioso piatto di spaghetti e tagliando il totano a rondelle un secondo di pesce appetitoso.

Capretto con patate

Ingredienti: 1 kg di capretto, gr. 800 di patate - 1 cipolla - aglio, prezzemolo, foglie di lauro, olio d'oliva, sale e pepe.
Prendete la carne di capretto, lavatela, asciugatela bene e fatela a pezzi. In una casseruola fonda con mezzo bicchiere di olio, fate soffriggere la cipolla affettata e uno spicchio di aglio intero. Togliete l'aglio quando e cotto e adagiate i pezzi di capretto, due foglie di lauro e un cucchiaio di prezzemolo tritato. Rosolate la carne da ogni lato poi salate, pepate ed aggiungete le patate pulite ed affettate. Mettete un mestolo di acqua calda, coprite e fate cuocere aggiungendo poca acqua calda man mano che evapori. Prima di servire, controllate la salatura.

Insalata di Mare

Ingredienti: 400 g. di polpo, 500 g. di calamari, 1Kg di gamberetti, 1 kg di cozze, 500 g di vongole, 2 limoni, olio extra vergine, sale e pepe quanto basta, un mazzetto di prezzemolo, aceto.
Bollite i polpi e i calamari separatamente in abbondante acqua salata. Per la cottura del polpo regolatevi seguendo i tempi di cottura della ricetta dell'insalata di polpo. A parte lessate i gamberi con l'aggiunta di un po' di aceto affinché, una volta sgocciolati, non diventino neri. Mettete un tegame sul fuoco vivo e ponetevi le cozze e le vongole e attendete finché le valve non si siano tutte aperte. Scendetele dal fuoco conservando il liquido che avranno emesso e mettetele da parte dopo aver eliminato le valve. Appena il polpo e i calamari saranno cotti, scolateli e tagliate il polpo a tocchetti e i calamari ad anelli. Prendete un piatto di portata, mescolate polpi, calamari, cozze, vongole, gamberi e condite con olio, succo di limone, sale quanto basta, pepe macinato e aggiungete un paio di cucchiai di liquido di cottura delle cozze e delle vongole passato in un colino. Spruzzate con abbondante prezzemolo tritato finemente. Aggiungete a vostro piacimento uno spicchio di aglio tritato e servite in tavola dopo aver fatto freddare.

Sarde a beccafico

Ingredienti g 800 di sarde fresche - 50 g. pecorino, aglio, prezzemolo, 2 uova, aceto di vino, pane grattugiato, limone, olio d'oliva, sale e pepe.
Prendete le sarde diliscate, lavatele, asciugatele con cura con un canovaccio e posatele in una terrina dove verserete un bicchiere di aceto. Lasciatele marinare per 2 ore, poi sgocciolatele. Apritele in un piatto e spolveratele con il formaggio mescolato con 2 spicchi d'aglio e un cucchiaio di prezzemolo tritati, sale e pepe. Chiudetele premendole tra i palmi delle mani e passatele nell'uovo battuto salato e pepato, poi girarle nel pangrattato e friggetele in abbondante olio caldo, facendole dorare da ambo le parti. Scolatele ben dorate e servitele con spicchi di limone, calde e croccanti, oppure fredde.

CONTORNI

Carciofi fritti

Ingredienti: 4 carciofi, limone, olio d'oliva, sale.
Pulite i carciofi, togliendo le foglie dure e le punte spinose. Quindi tagliateli a spicchi e metteteli a bagno per 1/2 ora in acqua acidulata di limone. Friggeteli in abbondante olio bollente, per circa 3 / 4 minuti fin quando non saranno ben dorati. Salatele e servitele ben caldi.

Cardi fritti

Ingredienti 1,5 Kg. di cardi, 300 g di farina, 3 uova, 2 limoni, olio di oliva, sale.
Pulite i cardi, lavateli e teneteli in acqua per circa 1/2 ora insieme ai limoni tagliati a metà. Scolateli e lessateli per un'ora circa. Sbattete le uova e mescolateli insieme alla farina, un pizzico di sale in un recipiente abbastanza capiente aggiungendo di tanto in tanto dell'acqua fino a quando avrete ottenuto una pastella non troppo densa. Scolate i cardi e tagliateli a pezzi e immergeteli nella pastella. friggeteli pochi per volta, in abbondante olio ben caldo. sgocciolate i cardi su della carta Scottex e serviteli in un piatto di portata dopo avergli dato una spruzzatina di sale.

Fiori di zucca dorati

Ingredienti: 20 fiori di zucca, 2 uova, farina, olio di oliva, un panetto di lievito di birra, sale.
Pulite i fiori di zucca, lavateli ed asciugateli. Friggeteli in abbondante olio caldo, dopo averli passati nell'uovo sbattuto con il sale e il lievito di birra. Quando saranno belli croccanti, scolateli su carta da cucina, e serviteli caldissimi.

Insalata d'arance

Ingredienti: 4 arance, 100 g, di noci, 2 cipolle scalogne, olio d'oliva, sale.
Sbucciare le arance e tagliarle a pezzetti. Tagliare le cipolle a striscioline. Tritare grossolanamente i gherigli di noce. Mettere in un'insalatiera arance, cipolle, condirle con abbondante olio d'oliva, sale e cospargere il tutto con i gherigli di noce. Una variante di questo piatto prevede l'aggiunta del finocchio. Nota**:** Le arance rosse di Sicilia hanno un sapore ineguagliabile e donano salute soprattutto nella qualità di Tarocco, Sanguinello e Moro. Il 70% della produzione italiana di arance si coltiva in Sicilia, regione che in aree stabilite, per le qualità citate, ha ottenuto nel 1997 il riconoscimento Igp.

Melanzane alla parmigiana

Ingredienti:1 Kg di melanzane, 200 gr di cipolla, 150 gr di salsa di pomodoro, 150-200 gr di parmigiano grattugiato, foglie di basilico fresco, 50 gr di mozzarella, 2 uova sode, Olio di oliva, sale.
Tagliare le melanzane nel verso della lunghezza a fette di c.a. 2 m l'una. Salare e lasciarle riposare per circa 2 ore. Friggerle in padella con olio abbondante e friggere anche la cipolla affettata. Mettere in una teglia, unta d'olio metà delle melanzane, che verranno coperte con metà del parmigiano, la cipolla, la salsa di pomodoro, le foglie del basilico. Ricoprire con l'altra metà delle melanzane, del parmigiano e un po' di salsa di pomodoro. A metà cottura nel forno decorare con le fette di uova sode e la mozzarella.

Peperonata

Ingredienti: 4 peperoni, 300 g di pomodori, 50 g di olive verdi, 3 cipolle, aceto, sale.
Tagliare a strisce i peperoni privandoli dei semi e farli dorare in padella con poco olio. Spruzzare un po' d'aceto e salare. Far cuocere 10 minuti ed unire le olive snocciolate e fatte a pezzettini. Mescolare e far cuocere ancora per poco il tutto. Servire caldo o freddo.

Zucchine fritte

Ingredienti: 6 zucchine di media grandezza, 2 uova, farina bianca, prezzemolo, olio extravergine di oliva, sale.
Pulite le zucchine e tagliatele a fette nella loro lunghezza. Passatele nell'uovo sbattuto, quindi nella farina, e fatele friggere in una padella con l'olio ben caldo. Colorite che siano d'ambo le parti, salatele e seminategli sopra il prezzemolo triturato, quanto basta. Fatele saltellare alcuni minuti, e servitele fumanti.

DOLCI

Cannoli siciliani

Ingredienti: 150 gr di farina, 15 gr di cacao in polvere, 20 gr di burro, 1 uovo, 270 gr di zucchero, 1 cucchiaio di Marsala, 1 bustina di vanillina, 500 gr di ricotta fresca, pistacchi, scorzette di limone, frutti canditi zucchero a velo, Olio d'oliva extravergine.
Preparate la pasta per le "scorze" impastando la farina, il cacao, 20 grammi di burro, l`uovo, lo zucchero ed aggiungete il cucchiaio di Marsala. Fate un impasto omogeneo che farete riposare un'ora. Dopo di che, spianatelo e ricavate dei quadrati di 12 cm di lato che avvolgerete diagonalmente attorno a tubi di latta. Bagnate le estremità e pressate per farle aderire. Friggete quindi in olio abbondante. Appena le scorze saranno dorate, fatele asciugare e freddare, prima di staccarle dai tubi con molta cura. Fate un impasto con la ricotta passata al setaccio ed unita a vanillina, un goccio di rum, scorzette grattugiate di limone, zucchero, ai pezzetti di pistacchio, il tutto amalgamato e lasciato riposare mezz'ora in frigo. Riempite le bucce e decorate ogni singolo cannolo con frutti canditi e spolverate con zucchero a velo.

Crostata di ricotta

Ingredienti: 400 g. di farina per dolci, 200 g di burro, 500 g di ricotta, 300 g. di zucchero, 100 g cedro candito, 100 g. di cioccolato fondente, 3 uova, 1 limone, sale.
Impastate la farina con 2 tuorli d'uovo, 100 gr. di zucchero, un pizzico di sale e la buccia grattugiata di un limone e il burro ammorbidito. Lavorare il tutto sino ad ottenere una pasta omogenea. Con circa 3/4 di pasta preparata foderate una tortiera, precedentemente unta di burro ed infarinata.
Preparazione del ripieno Passate con il passaverdura la ricotta per farla diventare crema e lasciarla cadere in una ciotola, lavorarla con il cucchiaio di legno aggiungendo lo zucchero, il cedro e il cioccolato tagliuzzati, e gli albumi delle 2 uova montate a neve. Conclusione Versare l 'impasto ottenuto nella tortiera, e coprite il tutto con il 1/4 di pasta rimasta. Spennellate la superficie della crostata ottenuta, con un tuorlo d'uovo, per ottenere una bella doratura. Mettere in forno già caldo a 180° per 30 minuti circa. Servirla fredda.

Gelato di melone

Ingredienti: 500 gr. di anguria matura zuccherina, 40 gr. di amido per dolci, 100 gr. di zucchero, fiori di gelsomino, 2 cm. di stecca di cannella, cioccolato fondente, pistacchi non salati
Ottenuto filtrando con un setaccio la polpa di anguria, sciogliere (a freddo) l'amido avendo molto cura di non far formare grumi. Mettere sul fuoco molto basso e lasciare cuocere. Appena comincia a borbottare aggiungere la cannella e dopo 5 minuti circa spegnere la fiamma. Bagnare adesso le coppe con l'acqua dove la sera prima è stato lasciato a riposare il gelsomino e versarci il composto. Guarnire con delle scagliette di cioccolato fondente e mettere a raffreddare in frigorifero. Un gelsomino appena raccolto al centro di ogni coppa completerà l'opera.

Granita al caffè

Ingredienti: 180 gr. di zucchero, 3 cucchiai di caffè liofilizzato (o 1/2 litro di caffè forte), 4 bicchieri d'acqua, 2 bicchieri di succo di limone, panna
Portate a bollore 1/2 litro d'acqua, sciogliete 3 cucchiai di caffè liofilizzato (o preparate 1/2 litro di caffè forte) aggiungete 5 cucchiai di zucchero e fate bollire per due minuti. Aspettate che si raffreddi e poi mettete in freezer in un contenitore metallico ampio e rigirate il composto mentre gela ogni 20/30 minuti. La granita sarà pronta dopo circa 3/4 ore. Per rendere più omogenea e più fine la grana del composto prima di servire si può passare per pochi secondi al frullatore. Versate sul fondo dei bicchieri della panna liquida, coprite con abbondante granita di caffè e decorate con poca panna montata senza zucchero.

Granita di limone

Ingredienti: 180 gr. di zucchero, 4 bicchieri d'acqua, 2 bicchieri di succo di limone, Portate a bollore lo zucchero con l'acqua e cuocete per 5 minuti. Aspettate che lo sciroppo ottenuto si raffreddi e aggiungete il succo di limone. Mettete in freezer in un contenitore metallico ampio e rigirate il composto mentre gela ogni 20/30 minuti. La granita sarà pronta dopo circa 3/4 ore. Per rendere più omogenea e più fine la grana del composto prima di servire si può passare per pochi secondi al frullatore.

Torrone

Una variante di tale ricetta prevede l'utilizzo di un chilo di mandorle e di un chilo di miele, oppure 700 grammi di miele e 300 grammi di zucchero. Occorre sbucciare e tostare in forno le mandorle e metterle successivamente sul fuoco in una casseruola insieme al miele eventualmente insieme allo zucchero. Gli ingredienti si mescolano di continuo finché non si rapprendono bene. Successivamente il composto si versa in un piano ben umido e lo si taglia in base alla forma desiderata.

Bianco e Nero

Ingredienti: 500 gr di farina, 150 gr di burro ,4 uova, sale q.b., 1 litro di panna per dolci, 300 gr di cacao amaro, 450 gr di zucchero, 70 gr di cioccolato, 1 bustina di vaniglia.
Per preparare la pasta dei bignè, mettete un'abbondante quantità di acqua in una pentola grande e bollite; aggiungete la farina ed iniziate a mescolare con forza per non trovare grumi nel composto; poi mettete anche il burro e continuate a mescolare per altri 10 minuti per far diventare il composto cremoso.
Togliete la pentola dal fuoco e lasciate raffreddare; poi aggiungete gli albumi dell'uovo che avrete montato a neve in una bacinella, i tuorli ed un pizzico di sale. Continuate sempre ad amalgamare finché non otterrete una crema consistente e poi lasciate riposare per circa 2 ore.
Formate delle palline di pasta, poggiatele su una teglia imburrata e posizionateli nel forno; cuocete a temperatura moderata fino a farli gonfiare. Montate la panna con lo zucchero e posizionatela nella stessa quantità in 2 contenitori diversi.
In uno dei 2 contenitori aggiungete il cacao; poi riempite i bignè di panna montata aiutandovi con una siringa e metteteli nel recipiente con la panna ed il cacao. Ponete il tutto in un piatto a montagna, spruzzate la vaniglia e le scaglie di cioccolato e mettete in frigorifero per 2 ore prima di offrire il vostro dolce.

SCOPRIAMO IL RESTO CON **SUSPIRANNU**

SUSPIRANNU di Vassallo Fabio ed il Vino

L'AFFASCINANTE NETTARE DEGLI DÈI

"Suspirannu®" vi porta al racconto della storia dedicata al mondo del vino, o così detto dalla Mitologia Greca "Il Nettare degli Dèi".

Il Nettare degli Dèi

Presente nei racconti mitologici di ogni cultura, dall'Oriente all'Europa settentrionale fino al Mediterraneo Se vi chiedessi di pensare a una bevanda buona, anzi buonissima, e la bevanda più antiche, ma che oltre a piacere da morire agli uomini e alle donne, era la preferita degli Dèi.
Gli Dèi bevevano e mangiavano come noi, molti credono che lo facessero nei racconti antichi, nelle fiabe e nelle saghe, nelle narrazioni mitologiche e cose di fantasia. Ma c'è chi giura, come d'altronde accade anche oggi, **che gli Dèi esistevano e bevevano e mangiavano cose deliziose**. Ecco: per

gli Dèi di molte parti del mondo, la **bevanda più buona e ambita** era una e una sola: **si chiamava Vino**.
Chiamato di consueto "**nettare degli Dèi** ", decantato e dipinto in odi, opere e poemi da artisti d'ogni epoca, è la bevanda per eccellenza, inebriante, coinvolgente, quella che stimola menti, sensi, umori e sentimenti.
L'uomo ha spesso considerato questa bevanda come un vero e proprio **dono degli dei**:
dal **Bacco** romano al **Dioniso** greco, fino al dio egizio **Osiride**, innumerevoli sono le divinità a cui è associata l'origine del vino.
Anche per questo i racconti ed i miti legati ad esso sono svariati e numerosissimi, leggende ammalianti ed incredibilmente seducenti.
E la storia del vino non è certa meno affascinante del mito: è una storia che ci parla di terra, arte, natura, di grande passione e di antiche culture, di duro lavoro e immenso amore per il territorio.
Attraverso un percorso millenario, "degusteremo" insieme i miti, la storia e le leggende legate alla nascita della bevanda più conosciuta al mondo come "Il nettare degli Dèi".

L'Origine della Vite

Si dice che la **vite** compaia per la prima volta oltre **200 milioni di anni fa** in varie zone del pianeta. I fossili più antichi del genere delle "Ampelidee" sono infatti stati ritrovati nel Caucaso ed hanno una datazione compatibile con questa teoria. In ogni caso, vari fossili testimoniano la presenza della vite nelle zone europee dov'è attualmente coltivata da almeno un milione di anni.
Circa **5.000 anni fa**, nell'era conosciuta come Neolitico l'uomo diviene stanziale ed inizia a lavorare il **terreno** e a selezionare le varie specie atte alla coltivazione, tra cui la **Vitis Vinifera** Silvestris.
Tracce di coltivazione della vite e di **anfore** contenenti bevande che si suppone derivino da succhi d'uva e risalenti a varie epoche comprese **tra il 5000 ed il 1000 a.C.** sono state recentemente scoperte in vari siti, soprattutto in regioni dell'**Asia minore** (**Caucaso**, **Mesopotamia**), dove sembra nasca anche la **vinificazione**, databile al **4100 a.C.** La Vitis Vinifera Sativa, ossia la forma addomesticata della Silvestris è comunque presente in quest'epoca in tutti i territori che si affacciano sul **Mediterraneo**.
Furono i **Fenici** a portare la vite e il **vino** in **Grecia**. Successivamente gli **antichi Greci** colonizzarono l'**Italia meridionale** (**Magna Grecia**), facendo arrivare la coltivazione della vite nella Penisola. La vitivinicoltura venne poi ripresa prima dagli **Etruschi**, poi dagli antichi **Romani**.

L'Origine del Vino

L'**origine del Vino** come bevanda deriva sicuramente dalla fermentazione spontanea dei succhi d'uva, in seguito elaborati e codificati in procedure che si sono affinate di generazione in generazione, col contributo di tutti i popoli che hanno abitato le aree idonee alla coltivazione della Vite, tra cui Greci, Etruschi e Romani. Ricordiamo che sia nella mitologia Greca che in quella Romana esistono Dei

protettori delle Viti e del Vino (Dionisio nel caso dei Greci, Bacco per i Romani) e le proprietà inebrianti di questa bevanda hanno portato ad un culto che prevedeva celebrazioni (Baccanali) che a volte degeneravano in vere e proprie orge.
Proprio ai **Romani** che si deve la diffusione della vite in quasi tutti i territori dell'Impero, ossia dove arrivavano le Legioni, e a loro si deve far risalire l'origine del Vino in vaste aree della **Francia** e della **Germania**. Inoltre, proprio ai Romani, grazie alle vaste fonti documentali che ci sono pervenute, possiamo far risalire le origini della moderna **Enologia**, ossia la scienza che studia la produzione del vino. **Lucio Giunio Moderato Columella** nel suo "**De Re Rustica"**, già citato a proposito delle origini dell'Ampelografia, ci tramanda una vasta trattazione in materia, a partire dalla **viticoltura** per arrivare a **pratiche di cantina** concettualmente valide anche ai nostri giorni. Quel che più ci interessa in quest'ambito è il fatto che all'epoca erano già codificati gli elementi base per la scelta delle aree idonee alla coltivazione della vite e delle qualità di vite più o meno idonee alla coltivazione in determinate zone.
La **decadenza della civiltà Romana**, culminata **nel 500 d.C.** con la caduta dell'Impero Romano d'Occidente ci porta nel **Medioevo**. In questi anni bui non ci sono state o perlomeno non ci sono pervenute sostanziali prove di progressi tecnici dal punto di vista agronomico ed enologico, ma la coltivazione della vite e la produzione del vino si è tramandata soprattutto grazie al fatto che questo assieme al **pane**, rappresentava e non solo simbolicamente, uno dei principali alimenti per le popolazioni dell'epoca. Il suo impiego nei riti Cristiani e l'opera di riscrittura degli antichi trattati da parte dei monaci hanno fatto sì che i principi dell'enologia e della coltivazione della vite venissero tramandati fino al **Rinascimento**.
Con il passare degli anni la selezione naturale e la mano dell'uomo porta alla definizione dei territori maggiormente vocati per la viticoltura e all'abbinamento tra zone e **vitigni** che costituisce l'oggetto di questo trattato.
E' del **'500** la lettera che **Sante Lancerio**, storico e geografo e bottigliere di papa Paolo III scrive al cardinale Guido Ascanio Sforza e che può essere definita il primo testo della letteratura enologica italiana. Vengono identificati 53 **vini** di pregio che vengono anche descritti dal punto di vista organolettico e degli abbinamenti col cibo, usando un approccio ed un gergo sorprendentemente attuali. Vengono citati nella lettera, tra gli altri, il "Rosso di Terracina", il "Greco d'Ischia", la "**Vernaccia** di San Gemignano" il "Nobile di **Montepulciano**".
Risale al **1710** il decreto di **Cosimo III de' Medici** che definisce e stabilisce i confini delle zone di produzione del **Chianti**, di **Carmignano**, di **Pomino** e di Valdarno di Sopra, denominazioni che troviamo pari pari nell'enografia contemporanea.

La Filossera

Il **1800** segna la nascita dell'agricoltura industrializzata e porta notevoli progressi anche in campo enologico. **Camillo Benso di Cavour** entra tra i protagonisti del **Barolo**, **Bettino Ricasoli** crea la "ricetta" del Chianti stabilendo le giuste proporzioni dell'uvaggio utilizzando vitigni coltivati localmente, **John Woodhouse** crea il **Marsala**, **Benedetto Carpano** il **Vermouth** aromatizzando il vino con zucchero e

piante aromatiche.
A **fine secolo** appare la **fillossera,** insetto importato dalle Americhe assieme a **barbatelle** locali al fine di ricercare un rimedio contro l'Oidio, un parassita fungino anch'esso di importazione americana. Si era notato infatti che alcune specie autoctone di Vitis Lambrusca (vite selvatica o americana) d'oltreoceano erano risultate particolarmente resistenti al parassita, in quanto laggiù non erano ancora diffusi i trattamenti a base di zolfo. Assieme alle barbatelle venne quindi importato anche questo insetto che, cibandosi delle radici e non avendo antagonisti naturali in Europa, ben presto divenne un flagello quasi incontenibile che portò alla distruzione di più di un quarto del patrimonio viticolo europeo. La soluzione fu l'utilizzo della immunità radicale sviluppata da alcune specie americane, innestando la varietà europea su di un "piede" resistente all'insetto.

I Vini Siciliani

Dalle uve siciliane nascono dei vini pregiati, frutto del **connubio tra tradizione e innovazione** tipico di quest'isola. Vini preziosi che si sposano perfettamente con la tradizione culinaria sicula.

Una **tradizione culinaria variopinta**. Sono note, infatti, le orme lasciate da vari popoli in Sicilia. Dai Greci agli Arabi, si assiste dunque a una contaminazione di tecniche e sapori. Degustando i vini siciliani autoctoni sentirai il **mare** e il **sole nel bicchiere!** Questi vini sono conosciuti in tutto il mondo. La loro fama è dovuta ai vitigni siciliani ed alle caratteristiche specifiche di questa terra.

I vitigni siciliani offrono questi vini tipici grazie alla **relazione peculiare** che si instaura tra **clima, vite e terreno**. Le uve acquisiscono così delle caratteristiche ben precise, punto di forza della cultura enologica della Sicilia.

L'isola presenta zone con diverse condizioni di **clima**:

- **Mediterraneo**, nelle aree collinari e lungo la costa. È caratterizzato da inverni miti e poco piovosi ed estati calde ed afose.
- **Continentale**, riguarda le zone interne e di montagna. È caratterizzato da inverni rigidi con forti escursioni termiche giornaliere e stagionali.

Questa **diversità climatica** apporta benefici ai vitigni. A seconda di dove sono coltivati, esprimeranno caratteri diversi, arricchendo così il patrimonio vitivinicolo siculo.

L'altro fattore di unicità dei vitigni autoctoni siciliani è il **suolo** nel quale affondano le radici e con il quale avviene uno scambio prezioso.

I **diversi tipi di terreno** che concorrono alla nascita e alla crescita dei vitigni siciliani sono:

- **Lavici** – dovuti alla presenza del vulcano Etna. Sono adatti alla coltivazione delle uve siciliane

Carricante, Nerello Mascalese e Nerello Cappuccio.

- **Calcarei** – sono idonei per la coltivazione dell'uva siciliana più famosa e apprezzata al mondo, il Nero D'Avola.
- **Argillosi** – per i vini con un'importante intensità cromatica.
- **Tufacei** – assicurano una notevole carica zuccherina e una raffinata profumazione. Sono così adatti alla coltivazione dei vitigni siciliani usati per la produzione della Malvasia di Lipari, Passito di Pantelleria ed i Moscati di Noto e Siracusa.

Questa terra regala grandi emozioni grazie alla cura e alle attenzioni destinate ai vitigni autoctoni siciliani.

Le **principali forme di allevamento** sono le seguenti:

- Alberello
- Guyot
- Cordone speronato

Vediamo adesso nel dettaglio **i più famosi vitigni siciliani**

Nero d'Avola
È l'**uva siciliana per eccellenza**. È coltivata per circa 12.000 ettari nell'isola. Esprime una certa territorialità. Infatti, a seconda di dove è coltivata, manifesterà diverse caratteristiche. Entra nella composizione ampelografica dell'unica **DOCG** Siciliana ovvero il **Cerasuolo di Vittoria.**

Frappato
Rappresenta una delle uve siciliane a bacca nera più importanti. È coltivato maggiormente nelle province di Siracusa e Ragusa. Si tratta di un vitigno robusto che non dà rese importanti ma piuttosto costanti. Insieme al Nero D'Avola, è vinificato per la produzione del **Cerasuolo di Vittoria DOCG.**

Nerello Mascalese
Questo vitigno ha origine sull'Etna e ancora oggi è coltivato prevalentemente sul vulcano. È chiamato anche Negrello per l'intensità cromatica dei suoi grappoli. Questa uva siciliana entra nella produzione dell'**Etna DOC** e del **Faro DOC.**

Nerello Cappuccio
Anche il Nerello Cappuccio è uno dei vitigni siciliani legati all'Etna. Infatti, cresce e ha origine alle pendici del suddetto vulcano. Pure questo vitigno entra a far parte del **Faro DOC.**

Perricone
Questa uva siciliana è anche chiamata Pignatello. È originaria della Sicilia Occidentale, dove ancora oggi è coltivata. Questo vitigno è utilizzato principalmente per la produzione del **Marsala Ruby.**

Zibibbo
Si tratta di un vitigno aromatico appartenente alla famiglia dei moscati. È conosciuto anche come **Moscato d'Alessandria**. Il nome proviene dal termine Arabo uva appassita ed è infatti impiegato nella produzione del **Passito di Pantelleria DOC.**

Catarratto
Questa è un'uva siciliana antica presente in due forme: Catarratto bianco comune e Catarratto bianco lucido. È coltivato in tutta la Sicilia, in particolare nella zona Occidentale. È uno dei vitigni autoctoni siciliani principali perché utilizzato come base ampelografica per produrre il **Marsala DOC.**

Inzolia
È un **vitigno antico** presente su questa terra, in cui troviamo anche l'omonima uva siciliana a bacca nera. È usato principalmente nella produzione di vini fortificati come il **Marsala.**

Grillo
Si tratta di un vitigno autoctono diffuso nella **Sicilia Occidentale**, che negli ultimi anni ha avuto una rapida diffusione. Insieme ai vitigni siciliani Cataratto e Inzolia, partecipa alla composizione ampelografica per la produzione del **Marsala DOC.**

Grecanico
Questa uva siciliana è chiamata più precisamente **Grecanico Dorato** e probabilmente è stata introdotta in Sicilia dai Greci. Se ne distinguono due cloni, uno coltivato principalmente nel Trapanese e l'altro in quasi tutta l'isola.

Carricante
Appartiene ai vitigni siciliani figli del vulcano. È infatti autoctono dell'Etna e rientra nella composizione dell'**Etna DOC.**

Malvasia di Lipari
È un'uva siciliana originariamente portata dai Greci. Oggi è coltivata prevalentemente nelle tre isole Lipari, Salina e Vulcano. Da essa si ricava la **Malvasia Delle Lipari Passito DOC.**

Vitigni internazionali coltivati in Sicilia sono:

Chardonnay, **Viogner**, **Pinot Grigio**, il **Cabernet Sauvignon**, il **Merlot**, il **Müller-Thurgau**, il **Pinot Nero** ed il **Syrah**.

Scheda tecnica vino DOC SICILIA NERO D'AVOLA 2020

Tipologia: Vino DOC SICILIA NERO D'AVOLA

Annata di produzione: vendemmia 2020

Uve: Nero D'Avola 100%

Rese medie: 80/100 Qli / ettaro

Tipo di terreno: medio impasto tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: settembre

Raccolta: manuale e meccanica

Vinificazione: Fermentazione su bucce (9 giorni) a temperatura controllata (T° max 22° C); fermentazione malolattica e affinamento in vasche di cemento rivestite in resina epossidica;

Affinamento: in vasche di cemento

Gradazione alcolica: 13,7 % vol.

Acidità volatile: 0,40 g/l

Ph: 3,35

Acidità totale: 5,80

Polifenoli totali: 2100 g/l

Caratteristiche organolettiche: Rosso intenso con riflessi violacei, al naso si presenta intenso e fruttato con particolari note di frutta rossa, ciliegia e mora ,accompagnate da sentori di cacao e vaniglia.
In bocca si presenta persistente ed elegante, con piacevoli tannini vellutati.

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

Scheda tecnica vino IGT TERRE SICILIANE SYRAH 2021

Tipologia: Vino IGT TERRE SICILIANE SYRAH

Annata di produzione: vendemmia 2021

Uve: SYRAH 100%

Rese medie: 80/100 Qli / ettaro

Tipo di terreno: medio impasto tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: fine agosto-settembre

Raccolta: manuale e meccanica

Vinificazione: Fermentazione su bucce (8 giorni) a temperatura controllata (T° max 22° C); fermentazione malolattica e affinamento in vasche di cemento rivestite in resina epossidica;

Affinamento: in vasche di cemento

Gradazione alcolica: 13,5 % vol.

Acidità volatile: 0,45 g/l

Ph: 3,45

Acidità totale: 5,50

Polifenoli totali: 2200 g/l

Caratteristiche organolettiche: Rosso intenso con riflessi violacei, al naso si presenta intenso e fruttato con particolari note di frutta rossa come prugne, ribes e amarena, accompagnate da sentori speziati e balsamici. In bocca è denso, potrete percepire la sua voluminosità, ma i tannini sono di grana fine, avvolgenti.

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

Scheda tecnica vino DOC SICILIA NERO D'AVOLA – SYRAH 2017

Tipologia: Vino DOC SICILIA NERO D'AVOLA - SYRAH

Annata di produzione: vendemmia 2017

Uve: Nero D'Avola 100%

Rese medie: 80/100 Qli / ettaro

Tipo di terreno: medio impasto tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: settembre

Raccolta: manuale e meccanica

Vinificazione: Fermentazione su bucce (9 giorni) a temperatura controllata (T° max 22° C); fermentazione malolattica e affinamento in vasche di cemento rivestite in resina epossidica;

Affinamento: in vasche di cemento

Gradazione alcolica: 13,9 % vol.

Avolatile: 0,40 g/l

Ph: 3,35

Acidità totale: 5,80

Polifenoli totali: 2100 g/l

Caratteristiche organolettiche: Rosso amarena con densa persistenza, al naso si presenta intenso e fruttato con particolari note di carruba e prugne, ciliegia e mora, accompagnate da sentori di cacao e noci. In bocca si presenta persistente ed elegante, con piacevoli tannini vellutati e con lunghe piacevoli sensazioni autunnali.

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

Scheda tecnica IGP TERRE SICILIANE INZOLIA/CHARDONNAY 2021

Tipologia: Vino IGP TERRE SICILIANE INZOLIA/CHARDONNAY

Annata di produzione: vendemmia 2021

Uve: 100% CHARDONNAY

Tipo di terreno: medio impasto calcarea ma tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: seconda decade di agosto/settembre**,**

Raccolta: manuale e meccanica

Vinificazione: Macerazione pellicolare a fredda temperatura controllata (T° max 10° C); fermentazione a freddo temp. Media 16°c in vasche di cemento rivestite in resina epossidica;

Affinamento: in vasche di cemento

Gradazione alcolica: 13,0 % vol**.**

Acidità volatile 0,35 g/l

ph : 3,40

Acidità totale: 5,50 g/lt

Caratteristiche organolettiche: Vino giallo paglierino con piacevoli riflessi verdi, aroma molto fruttato, con note che ricordano frutta matura mela, banana, in bocca risulta particolarmente sapido e minerale, persistente con un piacevole retrogusto floreale.

SUSPIRANNU
Sede Legale
Via Fabio, 74, Acireale, 95025
www.suspirannu.it

Scheda tecnica DOC SICILIA GRILLO 2021

Tipologia: Vino DOC SICILIA GRILLO

Annata di produzione: vendemmia 2021

Uve: 100% GRILLO

Tipo di terreno: medio impasto tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: seconda decade di agosto/settembre**,**

Raccolta: manuale e meccanica

Vinificazione: Macerazione pellicolare a fredda temperatura controllata (T° max 10° C); fermentazione a freddo temp. Media 16°c in vasche di cemento rivestite in resina epossidica;

Affinamento: in vasche di cemento

Gradazione alcolica: 12,5 % vol**.**

Acidità volatile 0,25 g/l

Ph: 3,25

Acidità totale: 5,30 g/lt

Caratteristiche organolettiche: Vino giallo paglierino con piacevoli riflessi verdi, aroma intenso floreale e fruttato, con note che ricordano pesca, agrumi, in bocca risulta particolarmente sapido e persistente con un piacevole retrogusto gelsomino e rosa.

Scheda tecnica SPUMANTE EXTRA DRY

Tipologia: Vino bianco IGP Sicilia

Annata di produzione: vendemmia 2021

Uve: Catarratto e Grillo

Rese medie: 80 q.li/ ettaro

Tipo di terreno: medio impasto tendenzialmente argilloso

Sistema di allevamento: guyot

Periodo vendemmiale: Fine agosto

Raccolta: manuale

vinificazione: fermentazione a temperatura controllata di max 15 °C

Spumantizzazione: metodo **Charmat** tempo di rifermentazione 20 gg

Gradazione Alcolica: 11.50

Acidità volatile: 0.12 g/l

Ph: 3.10

Acidità Totale: 7,00 g/l

Caratteristiche organolettiche: Da vigneti tipici Siciliani “Catarratto” e “Grillo”, un perlage elegante e fine, colore giallo paglierino dai riflessi dorati, lo spumante ha note fruttate, agrumate e fresche sfumature floreali, ben bilanciato e fresco, perfetto a tutto pasto.