UNIVERSITÀ APERTA

Associata uni eda

UNIVERSITÀ POPOLARE DI MELFI

F. S. Nitti

Ricette della cucina melfitana

a cura dell'Università Popolare
"F.S. Nitti" di Melfi

Indice

Primi piatti

Ciambotta ..... pag. 4
Cicerchie con crostini di pane e cipolla ..... pag. 5
Lagane e noci ..... pag. 5
Maccheroni con mollica di pane ..... pag. 6
Maccheroni di fuoco ..... pag. 6
Minestra maritata ..... pag. 7
Pancotto con le rape o con patate ..... pag. 7
Pasta al ragù di pollo ripieno ..... pag. 8
Strascinati con le rape ..... pag. 8
Strascinati con lu'ntruppc ..... pag. 9

Secondi piatti

Acquasal d' purtgall ..... pag. 10
Agnello al tegame ..... pag. 10
Alici arraganate ..... pag. 11
Baccalà alla trainiera ..... pag. 11
Baccalà e lampascioni ..... pag. 12
Cardoncelle con l'agnello ..... pag. 12
Cunzaridd' ..... pag. 13
Gelatina di maiale ..... pag. 13
Lumachine (Ciamaruchelle) ..... pag. 14
M'gliazz (Migliaccio) ..... pag. 14
Olive in salamoia ..... pag. 15
Peperoni con l'uovo ..... pag. 15
Peperoni ripieni ..... pag. 16
Prosciutto o costatine di maiale con peperoni all'aceto ..... pag. 16
Seppie ripiene ..... pag. 17
Trippa con sedano ..... pag. 17

Dolci

Amarene sotto spirito ..... pag. 18
Biscotti con le mandorle e caffè ..... pag. 18
Biscotti per il latte ..... pag. 19
Bocconotti di amarene ..... pag. 20

Calzoncelli di castagne ……..…..pag. 21
Calzoncelli di mandorle ……...….. pag. 22
Cantuccini alle mandorle ……...….pag. 22
Crema di sangue (Sanguinaccio) ……..……..pag. 23
Liquore Cherry …….…….. pag. 24
Mastazzul ……...…….pag. 25
Nocillo (amaro digestivo) o Nocino ……...……pag. 25
Semolino ……...……..pag. 26
Taralli e ciambellini con il naspro …….……pag. 26
Vin cotto ……...……..pag. 27

Raccolta di ricette della cucina melfitana,
a cura dell'Università Popolare
"F.S. Nitti" di Melfi

PRIMI PIATTI

CIAMBOTTA

Ingredienti per due persone:

- 2 zucchine,
- 2 patate,
- 2 peperoni piccoli,
- 2 uova,
- 1 cipolla,
- 150 gr. di pomodori pelati,
- olio d'oliva, sale q.b.

Fare a cubetti patate, cipolle e zucchine, tagliare a fettine il peperone, prezzemolo e olio.
Far soffriggere, poi aggiungere i pomodori, acqua calda e sale e far cuocere per 15/20 min.
A parte, sbattere le uova, mescolare il tutto con un po' di formaggio pecorino, aggiungerle nella padella e far rassodare.
Servire la pietanza tiepida.

ANNA TERRIBILE

CICERCHIE CON CROSTINI DI PANE E CIPOLLA

Ingredienti per due persone:

- 250 gr. di cicerchie,
- mezza cipolla,
- crostini di pane duro,
- prezzemolo, aglio, olio di oliva,
- peperoncino, sale q.b.

Lasciare le cicerchie in ammollo per 12 ore circa, in seguito lessarle fino a raggiungere metà cottura. Soffriggere in una padella: cipolla, aglio, olio, prezzemolo e peperoncino. Quando il tutto è dorato, unire le cicerchie ed ultimare la cottura. Versare il tutto sui crostini di pane.

NOVIA ARANEO

LAGANE E NOCI

Ingredienti:

- 400 gr di farina di grano duro o semola,
- 200 gr di noci,
- pomodori rossi maturi,
- olio di oliva, basilico, aglio,
- peperoncino e sale.

Popolarissime in tutta la Basilicata, le lagane sono simili a larghe tagliatelle. Impastare la farina con acqua tiepida fino ad ottenere una pasta liscia e consistente, stenderla con il matterello ricavando una sfoglia sottile, poi tagliarla a fettuccine larghe 2 cm.
Preparare la salsina imbiondendo uno spicchio d'aglio e il peperoncino nell'olio, quindi aggiungere i pomodori, il basilico e un pizzico di sale e cuocete a fuoco lento insieme alle noci sgusciate e tritate. Lessare la pasta, scolarla al dente e versarla in una terrina. Condire con la salsa e le noci, lasciare riposare un poco.

PALMINA ARANEO

MACCHERONI CON MOLLICA DI PANE

Ingredienti per 2 persone:

- 200 gr. di maccheroni fatti in casa,
- 70 gr. di mollica,
- olio, prezzemolo, aglio e sale.

In una padella fate soffriggere a fuoco lento il pane in olio e aglio; appena dorata la mollica, versate il contenuto sui maccheroni cotti al dente e completate con prezzemolo tritato.

GIOVANNA LIOI

MACCHERONI DI FUOCO

Ingredienti (4 persone):

- 400 gr. di pasta grossa (rigatoni formato grosso),
- 6 peperoncini rossi secchi,
- 4 spicchi d'aglio,
- olio d'oliva, sale.

Si lessa la pasta in abbondante acqua salata, a fuoco vivace, mescolando frequentemente.
Nel frattempo si fa rosolare in una padella mezzo bicchiere d'olio e tre spicchi d'aglio.
Si aggiungono quindi i peperoncini rossi interi.
Quando questi si saranno ben gonfiati (non si devono bruciare), si tolgono dalla padella e si pestano possibilmente nel mortaio insieme con l'aglio fritto, fino ad ottenere una salsa.
Poco prima di scolare la pasta, si versa nella padella un altro mezzo bicchiere di olio e uno spicchio d'aglio e far rosolare. Quando l'aglio sarà dorato, si aggiunge la salsa precedentemente preparata, mescolando velocemente per impedire che annerisca.
Scolata la pasta, si condisce con la salsa preparata. La pasta diventerà letteralmente rossa come il fuoco.

ROSA ZINNA

MINESTRA MARITATA

Ingredienti:

- cicorie, verza, cavolo nero,
- muso, piede, orecchio e cotenna di maiale,
- in alternativa gambo di prosciutto, cotechino,
- formaggio pecorino o parmigiano,
- finocchietto, aglio, olio di oliva, sale q.b.

Pulire e lavare le verdure, sbollentarle.
In un tegame capiente mettere la carne, coprirla di acqua e schiumare dopo un po'. Completare la cottura e schiumare ancora, se necessario. Aggiungere le verdure e portare a fine cottura per insaporirle, aggiungendo olio, aglio, finocchietto e sale q.b.
Servire caldo, aggiungendo una manciata di pecorino lucano o di parmigiano.

DONATA PITTARO

PANCOTTO CON LE RAPE O CON PATATE

Ingredienti:

- 1 kg. di rape pulite,
- pane casereccio raffermo,
- aglio, olio, peperoni cruschi.

Lessare appena le rape, scolarle e farle soffriggere in olio e aglio, dove sono stati soffritti i peperoni precedentemente. (Attenzione, i peperoni devono soffriggere poco).
Nella stessa acqua dove sono state lessate le rape, mettere il pane e farlo leggermente ammorbidire.
Scolare e aggiungere alle rape. Mescolare rape, pane e aggiungere i peperoni cruschi.
Variante: le rape possono essere sostituite dalle patate.

MARIA GRAZIA GIORGIO

PASTA AL RAGÙ DI POLLO RIPIENO

Ingredienti:

- pollo ruspante di circa Kg. 1.800,
- frattaglie di pollo,
- 2 spicchi d'aglio,
- pecorino q.b.
- 2-3 uova,
- 1,5 litri salsa di pomodoro,
- 200 gr. di pane raffermo,
- prezzemolo, sale, pepe, formaggio q.b., olio extravergine di oliva.

Per il ripieno: spezzettare le frattaglie di pollo (cuore, fegato, stomaco) e farle rosolare nell'olio.
Mettere la mollica sbriciolata, il formaggio, l'aglio tritato, aggiungere sale e pepe, e amalgamare il tutto con le uova.
Aprire il pollo e farcirlo con il ripieno ottenuto.
Cucire con filo da cucina, metterlo in casseruola e far rosolare con olio.
Aggiungere la passata di pomodoro e far cuocere per circa un'ora e mezza.
Condire la pasta "maqquarunara" (maccaronara) o tagliatelle.

FILOMENA TERRIBILE

STRASCINATI CON LE RAPE

Ingredienti per la pasta:

- 400 gr. di farina di grano duro o di semola,
- un pizzico di sale e acqua.
- Ingredienti per il condimento:
- 400-500 gr. di cime di rapa,
- olio di oliva, peperoncino piccante e uno spicchio d'aglio.

Impastate la farina di grano duro con un pizzico di sale e dell'acqua calda, ma non bollente; ricavate dei lunghi cilindri di 1 cm di diametro che tagliate a pezzetti. Appoggiate sulla spianatoia i pezzetti di pasta e premendo con le quattro dita strascinate verso di voi ottenendo gnocchetti cavi. Lessate la pasta. Insaporite in un tegame le cime di rape cotte e strizzate con l'olio di oliva, il peperoncino piccante e l'aglio. Versate il tutto sulla pasta.

GIOVANNA LIOI

STRASCINATI CON LU'NTRUPPC

Ingredienti (4 persone):

- 400 gr. di farina di grano duro,
- 150 gr, di carne mista (maiale, vitello, salsiccia), tagliata a pezzetti,
- ½ cipolla,
- 400 gr. passata di pomodoro,
- 4 cucchiai di olio d'oliva, 1 pizzico di sale.

Impastate la farina con sale e acqua tiepida, e ricavatene dei cilindri lunghi 5 cm. Appoggiate su ogni pezzetto di pasta 4 dita e strascinate verso di voi. Lasciateli asciugare su una tovaglia e nel frattempo fate rosolare la carne nell'olio con la cipolla, quindi unite la passata di pomodoro.
Fate cuocete la pasta, scolatela e conditela con il sugo e con il pecorino grattugiato.

MARIA ANTONIETTA BALBI

SECONDI PIATTI

ACQUASAL D' PURTGALL

Ingredienti:

- Arance,
- olio, sale,
- acqua calda.

Pulire le arance e tagliarle a piacimento.
Metterle in una ciotola, aggiungere l'aglio, l'olio e in ultimo l'acqua calda.
Si consuma bagnando del pane.

INELDA DI MAIO

AGNELLO AL TEGAME

Ingredienti:

- 600 gr. di agnello,
- 2 cipolle,
- 1 gambo di sedano,
- 1 rametto di rosmarino,
- 4 cucchiai d'olio d'oliva extravergine,
- sale, pepe q.b.

Tagliate, dopo averla disossata, la carne a pezzi. Tagliate a pezzetti il sedano. Mettete in un tegame, possibilmente di coccio, l'agnello, le cipolle, e il sedano. Condite con il rosmarino, sale, pepe e olio. Ricoprite il tutto con acqua e portatela a bollire a fuoco vivace.
Abbassate la fiamma e terminate la cottura a fuoco basso e tegame coperto.
Servite caldo.

HELEANNA ARANEO

ALICI ARRAGANATE

Ingredienti:

- 1,200 kg. di alici fresche,
- pane grattugiato e formaggio q.b.,
- aglio, prezzemolo, sale, pepe olio di oliva.

Spinate le alici e privatele della testa.
Fate un impasto con formaggio, mollica di pane, aglio, prezzemolo tritato, sale e pepe.
In una teglia unta di olio alternate le alici e l'impasto creando almeno tre o quattro strati.
Infornare e servire caldo.

GIOVANNA LIOI

BACCALÀ ALLA TRAINIERA

Ingredienti per 2 persone:

- 250 gr. di baccalà spugnato,
- 100 gr. di peperoni secchi,
- aglio,
- prezzemolo, olio di oliva, sale q.b.

Lessare e spinare il baccalà, quindi sfilettarlo fino ad ottenere delle striscioline. In una padella soffriggere i peperoni secchi con aglio, olio, prezzemolo e peperoncino. Versare il tutto sul baccalà, mescolare e servire.

FILOMENA TERRIBILE

BACCALÀ E LAMPASCIONI

Ingredienti:

- 1 kg di baccalà ammollato,
- ½ kg di lampascioni,
- 1,5 kg di patate,
- aglio,
- prezzemolo, formaggio olio di oliva, sale e pepe.

Pulite ed affettate le patate. Dopo aver pulito i lampascioni, lessateli. Schiacciate i lampascioni con la forchetta e uniteli alle patate. Condite tutto con l'aglio, il prezzemolo, il formaggio grattugiato, sale, pepe ed olio di oliva. Mettete in una teglia, a strati, le patate alternate con il baccalà, aggiungete un bicchiere di acqua ed un filo d'olio e coprite con una spolverata di formaggio grattugiato. Portate a cottura nel forno ben caldo.

ANNA TERRIBILE

CARDONCELLE CON L'AGNELLO

Ingredienti:

- 1 kg. di cardoncelle,
- 600 gr. di agnello,
- 4 uova,
- 2 o 3 pomodorini
- pecorino q.b.

Lessare le cardoncelle (parte tenera del cardo) e scolarli a metà cottura. Soffriggere l'agnello tagliato a piccoli pezzi nell'olio, aggiungere i pomodorini e quando la carne è cotta aggiungere le cardoncelle ed ultimare la cottura. A parte sbattere le uova con il formaggio grattugiato e aggiungere alla carne senza girare. Far cuocere per altri 5 min.
In alternativa, l'agnello può essere sostituito dalle interiora dell'agnello o da salsiccia.

TERESA DI MURO

CUNZARIDD'

Ingredienti:

- pomodori gialli invernali,
- peperoni cruschi,
- acciughe, sponsali,
- sale e olio.

Lavare i pomodori gialli, tagliarli e metterli in una ciotola. Passare sulla fiamma del gas o sui carboni i peperoni cruschi facendoli leggermente abbrustolire e aggiungerli ai pomodori già tagliati. Tagliare lo sponsale a piacimento, aggiungere anche questo alla ciotola con le acciughe sfilacciate, il sale e abbondante olio.

INELDA DI MAIO

GELATINA DI MAIALE

Ingredienti:

- 1 kg. tra carne di cotenna e gelatina,
- 1 bicchiere piccolo di aceto,
- 100 g. di zucchero,
- 1\2 bicchiere di vincotto, foglie di lauro,
- 1 stecca di cannella, mandorle sbucciate, chicchi di uva passa, buccia di arancia.

Per questa ricetta è indispensabile procurarsi dal macellaio di fiducia uno stinco di maiale rivestito della sua cotenna, che è normalmente sottile.
Lessare il gamboncello, dopo averlo lavato ben bene, in un tegame capace di contenerlo ben coperto di acqua e sale quanto basta per condirlo; quando è ben cotto si toglie dal fuoco e la carne si mette in un piatto o altro recipiente, mentre il brodo si filtra in un tegame di ferro smaltato e si mette a gelare.
Il giorno dopo si prepara la gelatina; con un mestolo si toglie delicatamente lo strato di grasso che si forma alla superficie del brodo, poi si versa la carne e la cotenna nel brodo e si mette sul fuoco, aggiungendo, secondo la quantità, l'aceto, parecchie foglie di lauro, si sbriciola grossolanamente una stecca di cannella, si aggiunge una manciata di mandorle sbucciate, chicchi di uva passa e buccia di arancia. Si fa bollire per 10 minuti, si toglie dal fuoco, si versa in una coppa e si fa gelare.

ANNA MARIA CORONA

LUMACHINE (CIAMARUCHELLE)

Ingredienti:

- 1 kg. di lumachine,
- 200 gr. di pomodorini,
- aglio, olio, un pizzico di origano,
- sale q.b. e alcune foglie di mentuccia.

Raccogliere le lumachine, sistemarle in un sacchetto a rete per 4 giorni al fine di depurarle.
Lavarle molto bene. Lessarle a fuoco molto basso fin quando le lumachine escono dal guscio. Subito dopo alzare la fiamma fino a ebollizione e spegnere. Sciacquare con acqua fresca per eliminare la schiuma che si è formata. A parte preparare un sughetto con pomodorino, aglio, sale, mentuccia e peperoncino. Aggiungere le lumachine e far cuocere il tutto per 10 minuti. Al termine aggiungere dell'origano. Servire dopo 24 ore.

MARIA GRAZIA GIORGIO

M'GLIAZZ (MIGLIACCIO)

Ingredienti:

- 300 gr. di farina di mais (grana sottile),
- 3 o 4 cipolle di media grandezza,
- uva sultanina, formaggio pecorino grattugiato a piacere,
- salsiccia o frettl, grasso che rimane dopo aver fatto la sugna,
- olio di oliva, sale, acqua bollente.

Tagliare a rondelle le cipolle e farle soffriggere in olio abbondante fino a farle imbiondire, aggiungere la salsiccia o le frettll.
A parte, mettere a scaldare l'acqua e salarla. In una coppa lavorare la farina gialla con la cipolla, l'olio di cottura e l'acqua bollente, fino ad ottenere un impasto morbido.
Aggiungervi una manciata di uva sultanina fatta rinvenire in acqua tiepida e pecorino grattugiato.
Ungere d'olio una teglia e versarvi l'impasto.
Dopo aver sistemato il composto, spolverizzare la superficie con altro formaggio in modo da ottenere, a cottura ultimata, una crosta croccante. L'impasto così preparato deve risultare piuttosto sottile. Infornare in forno statico per circa 45 minuti a 180°-- 200°

ANNA MARIA CORONA

OLIVE IN SALAMOIA

Ingredienti:

- Soda caustica (20 gr. ogni kg. di olive)

Sciogliere in acqua tiepida la soda caustica (nel contenitore versare prima la quantità di soda caustica e successivamente l'acqua tiepida). Sciolta la soda, aggiungere le olive e versare altra acqua fredda fino a coprirle. Sull'acqua sistemare un panno per far sì che le olive siano tutte sommerse. Dopo circa 10 ore controllare se la maggior parte dell'acidità sia andata via, prelevando un'oliva e assaggiandola dopo averla lavata più volte con acqua fredda; questa è un'operazione delicata, perché si rischia che le olive siano troppe amarognole o troppo morbide.
Quando le olive sono pronte bisogna tenerle in acqua fredda e sciacquarle almeno tre volte al giorno per 4/5 giorni fin quando l'acqua risulta limpida.

Salamoia:

Bollire dell'acqua con rami di finocchietto selvatico e aggiungere circa 40 gr. di sale grosso per ogni lt. di acqua. La salamoia al palato deve essere decisamente salata. Far raffreddare, togliere i rami di finocchietto e immergere le olive nella salamoia. Possono essere gustate dopo qualche giorno. Sistemarle in frigorifero e consumarle entro un paio di mesi, altrimenti per una conservazione più lunga (un anno circa), versare olive e salamoia nei vasetti e bollirli per circa 20 minuti.

MARIA GRAZIA GIORGIO

PEPERONI CON L'UOVO

Ingredienti:

- 1 kg. di peperoni friggitelli,
- 4 uova,
- sale q.b.

Friggere lentamente i peperoni dopo aver tolto i semi interni. Terminata la cottura, buttare l'olio della frittura, rimettere nella pentola i peperoni e aggiungere le uova, fino a farle rapprendere.

MARIA GRAZIA GIORGIO

PEPERONI RIPIENI

Ingredienti:

- 10 peperoni cornaletti,
- mollica di pane raffermo q.b.,
- 5 acciughe,
- un pugno di capperi,
- uno spicchio d'aglio sminuzzato, olio.

Soffriggere la mollica di pane con alici, capperi, aglio e olio (non lesinare con quest'ultimo). Riempire con l'impasto i peperoni dopo aver tolto i semi interni, friggerli o cuocerli in forno a 180° in una pentola dotata di coperchio che va tolto quasi a fine cottura.

MARIA GRAZIA GIORGIO

PROSCIUTTO O COSTATINE DI MAIALE CON PEPERONI ALL'ACETO

Ingredienti per 2 persone:

- 500 gr. di maiale,
- un quarto di cipolla,
- 3 o 4 peperoni all'aceto,
- prezzemolo, peperoncino, olio di oliva sale q.b.

Fare a pezzetti il maiale e soffriggerlo con olio, cipolla, peperoncino. Mescolare di tanto in tanto e lasciar cuocere per circa 20 minuti. Unire alla fine i peperoni all'aceto e far cuocere per poche minuti.

ROSA ZINNA

SEPPIE RIPIENE

Ingredienti:

- Passata di pomodoro,
- 1 kg. di seppie,
- mollica di pane q. b.,
- 2 uova, 5 noci,
- formaggio, pepe e sale q.b., prezzemolo.

Lavare per bene le seppie. Tritate finemente i tentacoli. In una padella ampia fate soffriggere uno spicchio d'aglio intero (così poi potrete toglierlo) con un filo d'olio. Unite i tentacoli, mescolate per far insaporire e dopo qualche istante sfumate con il vino bianco e lasciatelo evaporare.
Frullate la mollica, il prezzemolo, le noci e versate il tutto in una ciotola.
Nella stessa ciotola aggiungete i tentacoli soffritti, le uova, il formaggio, il pepe e mescolate accuratamente gli ingredienti. Con il ripieno ottenuto farcite ciascuna seppia con un cucchiaio del composto e chiudetela con uno stuzzicadenti.
Ponete le seppie riempite in una casseruola con l'olio e il vino bianco.
Dopo aver fatto sfumare, aggiungere passata di pomodoro, sale e fate cuocere per un bel po'.
Con questo sugo, a cottura ultimata, si possono condire delle tagliatelle non all'uovo.

ANNA MARIA CORONA

TRIPPA CON SEDANO

Ingredienti:

- 1 kg. di trippa,
- 3 gambi di sedano,
- 2 spicchi d'aglio,
- 4 o 5 cucchiai di pomodori passati,
- formaggio grattugiato, sale, pepe e peperoncino q.b.

Lessare la trippa a pezzetti in acqua leggermente salata. Far dorare nell'olio due spicchi d'aglio, unire i pomodori pelati e il sedano lessato e fatto a pezzetti. Unire a questo sughetto la trippa già lessata, una bella manciata di formaggio grattugiato, pepe o peperoncino e sale quanto basta.

NOVIA ARANEO

DOLCI

AMARENE SOTTO SPIRITO

Ingredienti:

- 1 Kg. di amarene,
- 330 gr. di zucchero,
- 150 ml. di alcool.

Lavare e denocciolare le amarene, metterle in una coppa con lo zucchero e tenerle per 24 ore mescolando ogni tanto.
Aggiungere l'alcool, amalgamare il tutto e riempire i barattoli.

ADRIANA CORONA

BISCOTTI CON LE MANDORLE E CAFFÈ

Ingredienti:

- 1 Kg. di farina,
- 1 Kg. di mandorle tostate intere,
- 1 Kg. di zucchero,
- Una macchinetta da 6 di caffè,
- 3 uova,
- 100 ml. di olio,
- 10 ml. di ammoniaca.

Mescolare gli ingredienti e fare dei biscotti a forma di rombo, bagnarli nello zucchero prima di infornarli.

ADRIANA CORONA

BISCOTTI PER IL LATTE

Ingredienti:

- Kg. 1,3 di farina,
- gr. 500 di zucchero,
- 7 uova, 2 bustine di ammoniaca,
- gr. 100 di sugna,
- gr. 110 di burro.

Alla farina e allo zucchero aggiungere sugna e burro a temperatura ambiente, le uova già sbattute e l'ammoniaca sciolta nel latte tiepido.
Lavorare il tutto e se necessario aggiungere latte tiepido.
Oliare la spianatoia al fine di agevolare la forma dei biscotti.
Pennellare la parte superiore dei biscotti con un uovo sbattuto e adagiare le parti bagnate nello zucchero raccolto in un piatto.
Sistemarli nella teglia distanziandoli in quanto aumentano di volume. Informare a 190°.

MARIA GRAZIA GIORGIO

BOCCONOTTI DI AMARENE

Ingredienti per la pasta frolla:

- 350 gr. di farina,
- 189 gr. di burro,
- 150 gr. di zucchero,
- 3 tuorli,
- buccia grattugiata di un limone.

Ingredienti per la pasta di mandorle:

- 150 gr zucchero,
- 2 rossi d'uovo,
- 2 chiare montate a neve,
- 250 gr di mandorle pelate.

In una ciotola ponete la farina setacciata con un pizzico di sale, la buccia grattugiata di un limone e il burro freddo a tocchetti. Con la punta delle dita iniziate ad intridere la farina con la materia grassa.. Trasferite sul piano di lavoro, aggiungete lo zucchero e i tuorli, impastate velocemente gli ingredienti fino ad ottenere un panetto che avvolgerete con la pellicola. Riponetelo in frigo per circa un'ora.

In una ciotola lavorate i rossi d'uovo con lo zucchero, aggiungete le chiare montate a neve e infine le mandorle pelate, asciugate nel forno e tritate finemente.

Composizione dei bocconotti:
Tappezzare il fondo delle apposite formine in alluminio con un disco di pasta frolla, mettere al centro un cucchiaino colmo di marmellata di amarene e coprite con un disco di pasta di mandorle, facendo bene aderire i bordi per sigillare.
In forno a 180° per 10-15 minuti fino a leggera doratura.

MAGDA DEL SECOLO

CALZONCELLI DI CASTAGNE

Ingredienti per la sfoglia:

- 1 kg. di farina;
- 1 bicchiere da vino d'olio
- 100 gr. di zucchero,
- 4 uova.

Impastare il tutto con vino bianco tiepido.

Ingredienti per il ripieno:

- 1 kg. di farina di castagne fresche,
- un pugno di ceci cotti,
- 150 gr. di cioccolato fondente,
- 100 gr. di zucchero,
- succo di un'arancia,
- corteccia di un'arancia grattugiata,
- 250 gr. di mandorle abbrustolite e tritate.

Amalgamate il tutto con vincotto.
Stendere la sfoglia tale da risultare né sottile né doppia. Realizzare con il ripieno dei piccoli ravioli e friggerli.
Successivamente si possono anche immergere nel vincotto.

MARIA GRAZIA GIORGIO

CALZONCELLI DI MANDORLE

Ingredienti della pasta:

- 1 kg. di farina,
- 200 gr, di zucchero,
- due fichi secchi,
- 100 ml. di olio d'oliva, vino bianco q.b.,
- 4 uova

Ingredienti del ripieno di mandorle:

- 1 kg. di mandorle sgusciate,
- 800 gr. di zucchero,
- 400 gr. di cioccolata fondente.

Per la pasta bisogna prima soffriggere i due fichi nell'olio e farli raffreddare. L'olio fritto (tolti i fichi) bisogna impastarlo con la farina, lo zucchero e il vino fino ad ottenere un impasto di media consistenza.
Spianare finemente la pasta ottenuta poggiandoci sopra il ripieno in pezzetti di due cm.
Avvolgerli nella pasta ritagliata con la rotella dentata e infornarli.
Come si fa il ripieno di mandorle:
Abbrustolite e tritate finemente le mandorle, aggiungendo lo zucchero e il cioccolato e tritate il tutto più volte fino a raggiungere la consistenza di un impasto ben amalgamato.

MARIA GRAZIA GIORGIO

CANTUCCINI ALLE MANDORLE

Ingredienti:

- 5 uova,
- ½ Kg. di farina,
- 360 gr. di zucchero,
- mandorle abbrustolite, semi di anice.

Mescolare zucchero e uova e poco alla volta la farina, unire le mandorle e i semi di anice.
Spargere il composto su una teglia e farlo imbiondire nel forno.
Tagliarlo a strisce a forma di cantucci e far ultimare la cottura nel forno.

ADRIANA CORONA

CREMA DI SANGUE (SANGUINACCIO)

Ingredienti:

- lt. 1 di sangue di maiale,
- lt. 1,150 di latte,
- 4 tuorli di uova
- 4 cucchiai rasi di farina,
- 400 gr. di cioccolato fondente,
- 2 cucchiai di liquore crema di cacao,
- kg. 1 di zucchero.

In una insalatiera lavorare bene i tuorli con un po' di zucchero in modo da farli diventare come uno zabaione; aggiungere un po' di latte, il rimanente zucchero, la farina e il sangue colato; colare il tutto e aggiungere il restante latte. Mettere in una pentola, aggiungere il cioccolato fondente tagliato a scagliette, il liquore e far bollire rimestando continuamente, facendo addensare come una crema pasticciera.
Se si vuole realizzare la crostata versare la crema di sangue in una sfoglia di pasta.

Pasta esterna:

Ingredienti:

- kg. 1 di farina,
- gr. 350 di zucchero,
- gr.300 di burro ammorbidito a temperature ambiente,
- 4 uova intere,
- un po' di latte,
- 2 bustine di lievito,
- 2 bustine di vanillina.

Fare una fontanella con la farina, mettere lo zucchero, il lievito, la vanillina e il burro; cominciare a lavorare, aggiungere le uova intere e continuare a lavorare; aggiungere il latte che assorbe; continuare a lavorare fino ad ottenere una pasta liscia e morbida cottura.

FILOMENA D'AMELIO

LIQUORE CHERRY

Ingredienti:

- bicchiere di noccioli di amarene,
- bicchiere di alcool 95° per il liquore.

Per 1 litro di alcool utilizzato e filtrato:

- 350 gr. di zucchero,
- 300 ml di acqua.

In un barattolo di vetro, con chiusura ermetica, mettere i noccioli di amarene e l'alcol nella seguente proporzione:
per ogni bicchiere colmo di noccioli di amarene occorre uno stesso bicchiere colmo di alcool.
Far macerare per 3 mesi tenendo il barattolo al riparo dalla luce.
Dopo il tempo stabilito filtrare l'alcool per eliminare i noccioli e misurarlo.
Per ogni litro di alcool ricavato preparare a parte una soluzione con acqua e zucchero, facendola bollire per pochi minuti.
Attendere che si raffreddi prima di mescolarla all'alcool.
Filtrare un'altra volta e trasferire il liquore Cherry in bottiglie.
Si consiglia di berlo dopo circa 20 giorni.

MAGDA DEL SECOLO

MASTAZZUL

Ingredienti:

- Kg. 1 di farina,
- gr. 250 di mandorle,
- gr. 250 di zucchero,
- 1 cucchiaio di cacao amaro,
- 1 bustina di ammoniaca (gr. 20),
- corteccia di mandarino tritata,
- una manciata di cannella in polvere e 2 chiodi di garofano, vino cotto quanto ne riceve.

Pestare le mandorle in un mortaio, unite la farina, l'ammoniaca, il cacao amaro, lo zucchero, la corteccia di mandarino, la cannella e i chiodi di garofano ugualmente pestati.
Amalgamate il tutto e disponetelo a fontana sulla spianatoia. Versate poco alla volta il vino cotto e impastate.
Con l'impasto così ottenuto formate dei rombi di media grandezza e disponeteli in una teglia unta di strutto. Passate in forno a temperatura moderata per circa 15/20 minuti.

FILOMENA TERRIBILE

NOCILLO (AMARO DIGESTIVO) O NOCINO

Ingredienti:

- 33 noci (anni di Cristo) con il mallo verde,
- raccolte il 24 giugno (San Giovanni),
- 1,5 litri di alcool puro,
- 450 – 500 gr. di zucchero,
- 400 ml. di acqua,
- 4 o 5 chiodi di garofano,
- 1 pezzetto di cannella.

Tagliate le noci in quattro parti e ponetele in infusione in un contenitore scuro, tappare bene ed esporlo al sole per quaranta giorni.
Agitare il contenitore di tanto in tanto. Fare lo sciroppo con l'acqua e lo zucchero e aggiungerlo in tutto il macerato, filtrarlo dopo 48 ore e berlo dopo un mese.

LUCIA CITTADINI

SEMOLINO

Si prepara nel giorno dell'Ascensione.

Ingredienti:

- ½ litro di latte,
- 4 cucchiai di semola,
- 2 cucchiai di zucchero, cannella q.b.

Far bollire il latte e versarvi la semola e lo zucchero, far cuocere per 10 mt. Mettere in una pirofila e spolverizzare con lo zucchero e la cannella.

GIOVANANA LIOI

TARALLI E CIAMBELLINI CON IL NASPRO

Ingredienti:

- 1 kg. di farina,
- 10 uova,
- un bicchiere d'olio,
- un pò di crescente (lievito madre),
- un bicchiere non pieno di alcool.

Alla farina aggiungere olio, alcool e crescente. Montare le uova per bene e aggiungerle all'impasto. Lavorare molto fin quando il tutto risulterà liscio e sodo. Con la pasta realizzare dei cilindri di uno spessore di circa 2 cm., unirli realizzando dei cerchi, oppure fare con i cilindretti dei nodini, i cosiddetti ciambellini. Far riposare per qualche ora e immergerli in una pentola con acqua bollente e un filo d'olio. Scolarli appena vengono a galla, lasciarli asciugare, inciderli con un coltello e cuocerli in forno a 180° fino a quando non appaiono dorati.

Ingredienti per il naspro:

- 1Kg. di zucchero e ¼ d'acqua.

Mettere a bollire il tutto fino a quando il naspro non fa il filo. Immergere i taralli oppure i ciambellini e farli asciugare su una spianatoia.

FILOMENA D'AMELIO

VIN COTTO

Due metodi per fare il vin cotto: a partire dall'uva o dal mosto.

Se si parte dal **mosto** basta procurarsi presso un contadino l'uva appena pigiata
Prendere il mosto, filtrarlo con un colino e versarlo in una pentola. Mettere sul fuoco a fiamma lenta per circa tre ore. Il liquido deve sbollire lentamente in modo da far evaporare un po' alla volta l'acqua e aumentare la concentrazione dello zucchero naturale dell'uva. Di tanto in tanto schiumare la superficie.
Da circa tre litri di mosto si ricava circa un litro di vin cotto.
(Per memorizzare il volume di partenza del liquido, alcuni fanno una tacchetta sul cucchiaio di legno).

Se si parte **dall'uva** (uva da vino bianca e nera)
Bisogna schiacciare i chicchi tra le mani. Mettere tutto, chicchi interi, schiacciati, polpa e liquido, in una pentola capiente e portare ad ebollizione. Fare cuocere lentamente finché il composto non risulterà liquido.
A questo punto versare il tutto in un'altra pentola filtrando attraverso un canovaccio. Portare nuovamente ad ebollizione abbassare la fiamma e far sobbollire finché il liquido non si riduce ad un terzo.
Verso la fine, quando inizia a ridurre il liquido, si possono versare nella pentola pezzi di mela oppure la pasta del tipo zitoni e far cuocere per circa un quarto d'ora poi toglierli con una paletta e gustarli.
Infine imbottigliare il prodotto ancora caldo e conservarlo in luogo fresco e asciutto.
Si conserva per circa due-tre anni.
Il vin cotto si usa per fare dolci natalizi, per condire carni o gli arrosti le insalate o i formaggi.

FILOMENA TERRIBILE

MELFI
A
B
D
F
G
H
A. Castello. B. Arcuescouato. C. Porta Venosina. D. Porta de Bagni. E. Porta Calenara. F. Fontana. G. Mercato. H. Cappuccini.