

**Viaggio “gourmet” in Sicilia,
colori, profumi, sapori e tre
ricette stellate**



(italian and english versions)

A tavola!

La Sicilia ha un grande patrimonio culinario che riflette le tradizioni degli antichi sovrani e che può essere trovato in ricette locali come cous cous, sorbetto, marzapane, frutta candita e miele, oltre alla tipica salsa con sardine, pinoli, uvetta e zafferano, i classici arancini. pesce spada, pesce azzurri e le squisite 'zuppe povere' di verdure dell'orto.



Nel cielo della Sicilia brillano 14 Stelle Michelin

Archi – Zash

Bagheria – I Pupi

Caltagirone – Coria

Catania – Sapio interv

Linguaglossa – **Shalai**

Lipari – Il Capperio

Malfa – Signum



Il famoso mercato del pesce a Catania

Taormina – **La Capinera**

Modica – Accursio

Ragusa – La Fenice

Ragusa – Locanda Don Serafino

Taormina – St. George by Heinz Beck

Terrasini – Il Bavaglino

Taormina – Otto Geleng



L'Etna

I classici, anche “on the road”

Tre protagonisti dello *street food* siciliano: a popolarissima *arancina*, polpettina di riso fritto e ripiena di ragù o di prosciutto e mozzarella o ... di quello che pare al cuoco., mentre per le strade di Palermo trionfano le *panelle*, pane farcito con frittelle di ceci aromatizzate al prezzemolo e... una mia passione, *pani câ meusa*, panino con la milza, che diventa “maritato” se sposa un’abbondante grattugiata di caciocavallo.



Street food spettacolari: arancino al nero di seppia, panelle e la meuza

Ancora fame?

Ecco la *caponata di melanzane*, ricco piatto in sugo agrodolce

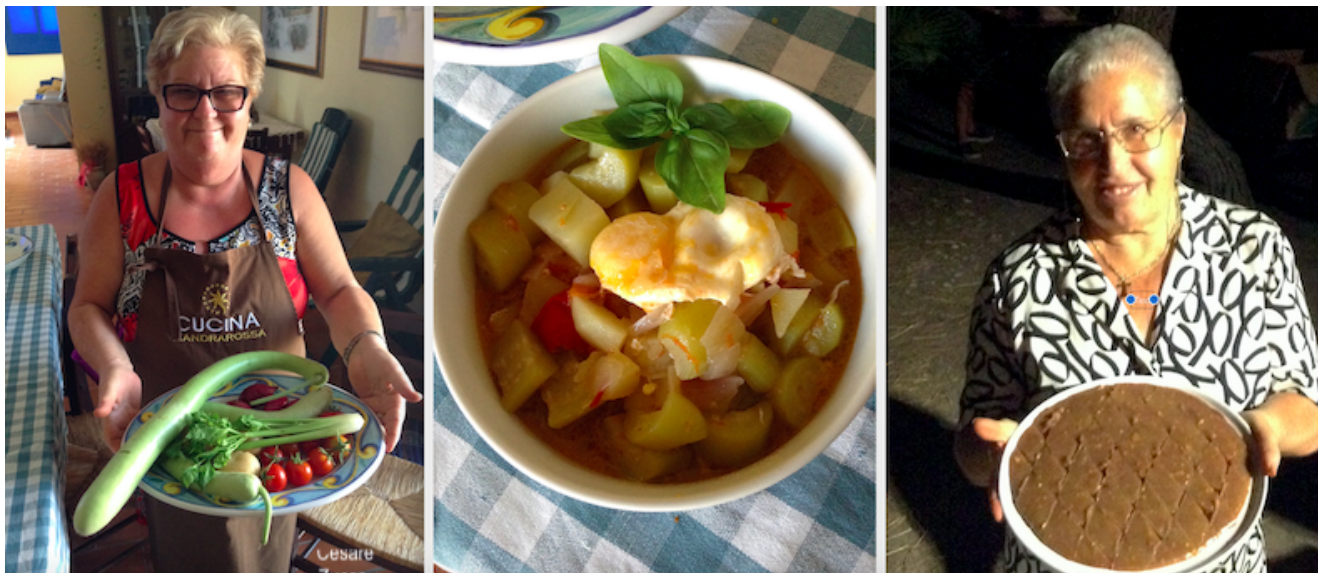
con pomodoro, cipolle, olive, capperi, sedano. *Pasta con le sarde e finocchietto* in un sugo bianco con zafferano uvetta e pinoli. Le primedonne della strada sono però le famose spremute "dal vivo" delle succose arance siciliane.



Le favolose spremute d'arancia siciliana ...anche in versione "street food" .

La tradizione del riciclo

Paladine della politica "no waste", le nonne e le antenate palermitane usavano tutti gli avanzi di pasta rotta per realizzare una minestra con i tenerumi tipiche zucchine lunghe estive. Amano l'acqua e si trovano d'estate e i primi di autunno.



La Brigata delle Signore di Menfi, paladine della tradizione, dei prodotti del territorio e del risparmio

Una delizia , che troviamo anche nel menu e nella ricetta dello Chef stellato **Roberto Toro**, al timone di **Otto Geleng** a Taormina. Toro ha creato un coloratissimo risotto con seppia, foglie di tenerumi e peperone crusco.

Ecco la ricetta



Chef Roberto Toro e il suo risotto con la partecipazione straordinaria dei tenerumi!

Il pesce

I ricci. erotici ma... centellinati

Prendete un riccio di mare, tagliatelo in due, spremete ci sopra un po' di limone e concedetevi questa libidine,

considerata un afrodisiaco anche dagli antichi Greci. Molti mercati marini offrono succulenti ricci da mangiare crudi sul posto, ma attenzione: **è vietato** il prelievo di più di 50 esemplari per pescatore e mai in maggio e giugno, proprio per dare la possibilità all'animale di potersi riprodurre sotto costa.



Dall'Africa e dalla storia arriva il *cous cous* di pesce, che a San Vito lo Capo è addirittura festeggiato in un Festival internazionale, mentre i messinesi celebrano *stoccafisso alla ghiotta* in umido con patate, olive, capperi e pomodoro.

Irresistibili sono gli involtin di *sarde a beccafico*, anche lo sgombero profuma la tavola siciliana, lo chef stellato **Pietro D'Agostino**, al timone della **Capinera** di Taormina lo propone "a modo mio"

Curiosi? Ecco la sua ricetta



Foto: Cesare Zucca



Foto: Cesare Zucca

“o sgombro mio” il piatto di Pietro D’Agostino

Dolcezze sicule

Come non menzionare i *cannoli*, ormai famosi in tutto il mondo le *ruote del carretto* e la tradizionale *cassata di ricotta*? Irresistibile torta glassata con crema di ricotta, canditi e glassa, e poi ancora le *sfinci* di San Giuseppe, il natalizio *buccellato*, grossa ciambella farcita da moltissimi tipi di frutta secca e gocce di cioccolato, infine Il *bianco mangiare* classico budino di latte di mandorla.



Cesare Zucca



Dolcezze sicule: le ruote, la cassata e i cannoli famosi in tutto il mondo

Lo chef stellato **Alessandro Ingiulla** lo ha rivisitato e ne è uscito un *bianco mangiare* con rosmarino, ficodindia e latte

croccante. Ecco per voi, la ricetta



Chef Ingiulla e il suo Dolcemangiare servito da Sapio a Catania

Sua Maestà la Granita

La tradizione dice che furono gli arabi a portare in Sicilia lo *sherbet*, bevanda ghiacciata aromatizzata con frutta o acqua di rose. Oggi è l'incontrastato drink ghiacciato, simbolo della Trinacria. c'è da sbizzarrirsi: dalla classica alla frutta fragole, lamponi, limone, gelso, alla versione al caffè accompagnato da panna e brioche, alle versioni *trendy* con menta, zenzero o nella nuova versione "wine slushie" al vino.



Le mille versioni della granita; ovvero la semplicità e creatività

Tra le osterie consigliate:

Gente di mare Acicastello.

Terracotta Agrigento.

Oasi osteria del mare Licata.

Quattro archi Milo.

La rusticana Modica.

Lo scrigno dei sapori Palazzolo Acreide.

Corona Palermo

Al ritrovo San Vito lo capo.

Cantina siciliana Trapani.



... e per un calice di vino “Made in Sicily”?

Risposta ovvia: Mandrarossa, eccellenza vinicola siciliana con i suoi vini nati nel “Menfishire”, il territorio di **Menfi** e nelle 2 contrade scelte, per una produzione che va dai vini

classici a un' intensa varietà di vini nuovi, alcuni dei quali unici per il panorama siciliano.



tre eccellenze Madrarossa

Si passa dal classico e popolare *Grillo*, il bianco siciliano per eccellenza, fresco e giovane, con sentori di agrumi e fico d'india che richiamano immediatamente l'atmosfera della vera Sicilia, al *Grecanico Dorato*, dall'intenso profumo di zagara, limoni e cedri fino a chiccherie come il *Chenin Blanc Brut* ottenuto con metodo Charmat da uve di Chenin Blanc che, con la sua freschezza, esalta tutti i momenti di festa e convivialità. Sapido ed elegante, con un finale lungo e persistente, invita a sperimentare nuovi abbinamenti. Brindiamo!



Una scena della Cavalleria Rusticana ©Foto Franco Lannino

INFO

(Per informazioni sui ristoranti, dettagli, menu e indirizzi
clicca il nome in rosso)

Next page: English version

Click Next>



At the table!

Sicily has a great culinary heritage that reflects the traditions of the ancient rulers and that can be found in local recipes such as cous cous, sorbet, marzipan, candied fruit and honey, as well as the typical sauce with sardines, pine nuts, raisins and saffron, the classic arancini, swordfish, blue fish and the exquisite 'poor soups' of garden vegetables.



14 starred restaurants shine in the sky of Sicily

Archi – Zash
Bagheria – I Pupi
Caltagirone – Coria
Catania – Sapio
Linguaglossa – **Shalai**
Lipari – Il Capperio
Malfa – Signum
Taormina – **La Capinera**
Modica – Accursio
Ragusa – La Fenice
Ragusa – Locanda Don Serafino
Taormina – St. George by Heinz Beck
Terrasini – Il Bavaglino



I classici, anche “on the road”

3 protagonists of Sicilian street food: a very popular arancina, a fried rice ball stuffed with meat sauce or ham and mozzarella or ... whatever the cook thinks., While in the streets of Palermo panelle triumph, bread stuffed with pancakes of chickpeas flavored with parsley and ... a passion of mine, pani câ meusa, sandwich with spleen, which becomes “married” if combined with a generous grated caciocavallo cheese.



Street food spettacolari: arancino al nero di seppia, panelle

e la meuza

Still hungry?

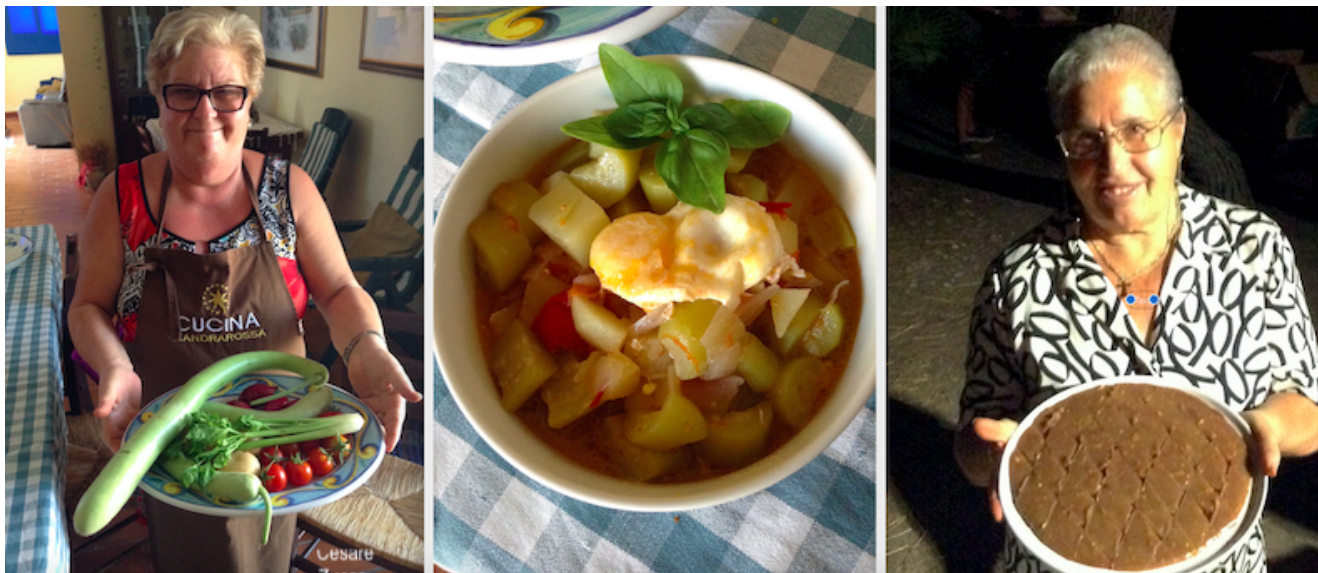
Here is the eggplant caponata, a rich dish in sweet and sour sauce with tomato, onions, olives, capers, celery. Pasta with sardines and fennel in a white sauce with saffron, raisins and pine nuts. The prima donnas of the street, however, are the famous “live” juices of the juicy Sicilian oranges.



Le favolose spremute d'arancia siciliana ...anche in versione “street food” .

La tradizione del riciclo

Paladins of the “no waste” policy, the grandmothers and ancestors of Palermo used all the leftovers of broken pasta to make a soup with the typical tenerumi long summer courgettes. They love water and can be found in summer and early autumn.



La Brigata delle Signore di Menfi in azione

A delight, which we also find in the menu and in the recipe of starred Chef **Roberto Toro**, at the helm of **Otto Geleng** in Taormina. Toro has created a colorful risotto with cuttlefish, tenerumi leaves and crusco pepper. Here the recipe



Chef Roberto Toro e il suo risotto con la partecipazione straordinaria dei tenerumi!

Il pesce -The fish

Sea urchins,. erotic but ... few

Take a sea urchin, cut it in two, squeeze a little lemon on it and treat yourself to this delicacy, considered an aphrodisiac even by the ancient Greeks. Many marine markets offer succulent

hedgehogs to eat raw on the spot, but beware: it is forbidden to take more than 50 specimens per fisherman and never in May and June just to give the animal the opportunity to reproduce under the coast.



In San Vito lo Capo fish couscous is celebrated in an international festival, while the people of Messina celebrate stewed stockfish with potatoes, olives, capers and tomatoes. The rolls of beccafico sadines are Irresistible as well those of veal or lamb entrails. Even mackerel perfumes the Sicilian table, the starred chef **Pietro D'Agostino**, at the helm of the **Capinera** di Taormina proposes it "my way"
Are you curious? Here the recipe



“o sgombro mio” il piatto di Pietro D’Agostino

Dolcezze sicule

How not to mention the cannoli, now famous all over the world, the cart wheels and the traditional ricotta cassata? Irresistible cake glazed with ricotta cream, candied fruit and icing. The *biancomangiare* is a classic almond milk pudding.



Dolcezze sicule: le ruote, la cassata e i cannoli famosi in tutto il mondo

The starred chef **Alessandro Ingiulla** has revisited it and the result is a white to eat with rosemary, prickly pear and crunchy milk. Here for you, the recipe



Chef Ingiulla e il suo Dolcemangiare servito da Sapio a

Catania

“Osterie”

Gente di mare Acicastello.

Terracotta Agrigento.

Oasi osteria del mare Licata.

Quattro archi Milo.

La rusticana Modica.

Lo scrigno dei sapori Palazzolo Acreide.

Corona Palermo

Al ritrovo San Vito lo capo.

Cantina siciliana Trapani.



... and for a glass of “Made in

Sicily" wine?

Obvious answer: Mandrarossa, Sicilian wine excellence with its wines born in "Menfishire", the territory of Menfi and in the 2 selected districts, for a production that ranges from classic wines to an intense variety of new wines, some of which are unique for the Sicilian landscape.



tre eccellenze Madrarossa

We spam from the classic and popular **Grillo**, the Sicilian white par excellence, fresh and young, with hints of citrus and prickly pear that immediately recall the atmosphere of the real Sicily, to **Grecanico Dorato**, with an intense scent of orange blossom, lemons and cedars to chiccherie such as the **Chenin Blanc Brut** obtained with the Charmat method from Chenin Blanc grapes which, with its freshness, enhances all moments of celebration and conviviality. Sapid and elegant, with a long and persistent finish, it invites you to experiment with

new combinations. Let's toast!



Una scena della Cavalleria Rusticana ©Foto Franco Lannino