



Disciplinare dei Prodotti III Edizione Favole di Gusto 2025

L'Amministrazione fornisce le seguenti indicazioni agli operatori dando loro libertà di scelta e creazione di nuovi piatti. Questo elenco di pietanze è stato redatto per dare un'indicazione generale della cucina del territorio, non ha la pretesa di essere esaustivo.

La Carne: Il maiale: la salsiccia di carne al vino bianco, coriandolo e pepe; la salsiccia di fegato; il sugo con il battuto; la pasta con i ciccioli; la gelatina "liatina". Gli altri animali: in teglia, alla cacciatora o in arrosto; gli stufati, gli spezzatini, le polpette e i soffritti; la coda, la lingua, il fegato, la coratella, la trippa; il brodo, la zuppa e il ragù; le lumache "ciammarucole"; la minestra maritata.

Il Pesce può essere preparato: "A recanate"; "Alla votapiatto"; Alla scapece; All'acqua pazza; Fritto; Arrosto; Marinato; Strascinato; Ripieno; In insalata; In tortiera; Imbottito. Di seguito si riportano le preparazioni suggerite dalla ricerca di Domenico Giordano "Ittiologia del Golfo di Gaeta, 1890": In zuppa: alici, anguilla, auglia, cernia, calamari, canuffo, cuocci, forca, gattuccio, lucerna, merluzzo, murena, nanfaro, palammeto, perchie, pescatrice, pesce angìò, pesce castagna, pesce pavone, pesce porco, pesce san Pietro, pesce sciabola, polpo, raia, rattale, rennola di mare, ruongo, sarde, scorfani, seppia, sturione, tenna, tracina, vola marina. In bianco: alici, aluzzo imperiale, anguilla, auglia, cernia, cuorvo, gattuccio, laviga, lavone, merluzzo, musdea, orata, pescatrice, pesce angìò, pesce mbiso, pesce pavone, pesce san Pietro, polpo, rattale, spigola, sturione, vola marina. In arrosto: alaccia, auglia, calamari, cefalo, marmora, nanfaro, nzuppo, orata, palammeto, pesce castagna, pesce porco, pesce sciabola, polpo, raia, ruongo, sarde, sarpa, seppia, spigola, tenna, treglia di scoglio, treppina, zacaro. Fritto: alici, aluzzo imperiale, anguilla, argentina, calamarelle, chiata, ciesso, cipolla, fica, fragolino, lavone, mazzone, mincio del re, murena, nanfaro, occhialone, palaià, palammeto, paravoscia, pesce sciabola, pittola, raia, rotunni, ruommo liscio, ruommo petruso, ruongo, sarde, spigolo, suacia, sulo, tenna, treglia di fango, vopa. Al sugo: calamarelle. Alla votapiatto: capetroppole. In tortiera: alici, treppina. Sotto sale: alici. Frutti di mare: cozze; vongole; telline, sconigli, lumache, pigliurde. Crostacei: mazzancolle, gamberi, parnocchie. Baccala, fravaglia, pesce spada, tonno.

Il Grano: La tiella, il caniscione (Con la formaggiotta di capra o con ingrediente di propria inventiva); le pezzelle/zeppole rustiche o dolci; la pasta ("Ncasata", al sugo di pomodoro o con ingrediente di propria inventiva); la pizza bianca; i taralli; il pane (Con le olive, con le patate o con gli anicini); il pancotto (Con salsa di pomodoro o con alloro); il paccariello; la zuppa di pane con le uova.

I Vegetali possono essere preparati in insalata, ripieni, fritti, alla griglia, alla scapece e sott'olio. Di seguito si riportano: le olive di Gaeta (In salamoia, spezzate "aulive rotte", al forno, alla calce); la spagnoletta (In insalata e in salsa o in pezzi per accompagnamento); La cicoria frastagliata di

All. 1

Catalogna a pigna di Gaeta “le puntarelle” (In insalata o nelle tielle); la scarola ‘mbottita; la cianfotta; la iotta; la minestra maritata. Gli ortaggi: di orti e di terra secca (Melanzane “vrignane”, peperoni, zucchine, cipolle, fagiolini, broccoli di rapa, peperoncini dolci “friaregli”, carciofi, cavolfiori, verze, patate, finocchi, carote, etc e gli odori come basilico, prezzemolo etc...); i legumi (Fagioli, ceci, lenticchie, piselli, fave, cicerchie, etc...). Il nostro pregiatissimo olio consente l’esaltazione di tutti questi prodotti mediante la frittura, l’impanatura e l’indoratura.

Terra e Mare: Il pesce (Sarde, alici, baccalà, pesce spada, pesce san pietro, polpi, seppie, etc) con le patate al forno o in umido; le seppie con i piselli; le sarde con le cipolle; i broccoli di rapa con le parnocchie.

Il Formaggio: Il marzolino; il cacio “caso” lietro; il cacio “caso” fresco.

I Dolci: Le ciammelle elenesi; le sciuscielle; i susamelli “le esse”; i roccocò; i mostaccioli semplici e ripieni; i tozzi; il tortano, la pigna e la femmina priena; la pastiera di riso o di grano. Per l’allegria dei piccoli: la paparella, la pupatella, la canestella e la croce.

Le Bevande: acqua, vino, liquori, bevande biologiche e birre artigianali.

N.B. L’organizzazione prevede la possibilità per i partecipanti di proporre altri piatti purché tipici della cucina mediterranea.