



***Кухня региона Марке***



Градара



Пещеры  
Фракасси

ph: Diego Olivieri







[Природа Марке с высоты птичьего полета видео](#)



- ✓ Столица - город Анкона.
- ✓ Единственный итальянский регион с названием во множественном числе, и это не случайно.
- ✓ На севере Марке граничит с Эмилией-Романьей, на северо-западе с Тосканой, на западе с Умбрией, на юге с Абруццо. С востока омывается Адриатическим морем.
- ✓ ВВП Марке составляет 2,6 % от ВВП Италии.
- ✓ Является одним из важнейших центров судостроения Италии.
- ✓ В регионе есть всё для активного отдыха: горнолыжные базы, маршруты различной сложности для трекинга, велотрекинга, альпинизма, конные манежи.
- ✓ В регионе развиты молочная и мясная промышленности.

# Доминирующие элементы кухни Марке







### Черты кухни:

- В Апеннинах, там, где Марке граничит с Умбрией, отдают предпочтение мясу (например, ароматной свинине – поркетте).
- В прибрежных районах популярны рыбные блюда.
- Предпочтение в традиционной рыбной кухне Марке отдается блюдам из ракообразных и так называемой голубой рыбы (рыбы с голубоватой полоской вдоль хребта: скумбрия, сардина, анчоус).
- Марке славится своими крупными и сочными оливками и, естественно, оливковым маслом.
- Регион известен своими трюфелями очень высокого качества и грибами.
- Грибы, оливки и трюфели часто используются в местной кулинарии.
- На территории региона выращивают различные овощи и фрукты.
- Вина региона, прежде всего, ориентированы на рыбные блюда. Самое известное вино – белое вердикьо дей Кастелли ди Йези (Verdicchio dei Castelli di Jesi) предназначено специально для кушаний из рыбы.



## **ОЛИВКИ И МАСЛО**

В Марке выращивают различные сорта оливок, используемых как в пищу, так и для производства масла. В масле чувствуются фруктовые и сбалансированные оттенки, легкая горечь и пряность. В Карточето производят оливковое масло холодного отжима, одобренное знаком качества DOP

**Оливки алл'асколана (olive all'ascolana)**, обжаренные во фритюре, фаршированные оливки, произведенные в Асколи-Пичено, пользуются популярностью во всем мире. Их готовят из особо мясистого сорта зеленых оливок местного производства, из которых вынимают косточки, нарезают спиралью, фаршируют мясом и панируют перед обжариванием во фритюре



**Фаршированные оливки**



нашпигованная салями-ди-Фабриано (*salame di Fabriano*) и чаусколо (*ciauscolo*), мягкая, пастообразная свиная колбаса, защищенная знаком IGP. Восхитительный вкус имеют горная соленая ветчина и Лондза (колбаса из свиного филе). Ветчина из Карпеньи славится как в Италии, так и за рубежом, продукт защищен знаком DOP. Другие известные типы вяленого мяса - это коппа (вяленая свинина) и Поркетта (целая свинья фаршированная приправами и обжаренная на вертеле).



**Чausколо** (встречаются также варианты чавусколо и чабусколо) – традиционная мягкая колбаса, которую производят в Марке (прежде всего – в провинциях Мачераты и Фермо).

Обычно для производства чausколо берут мякоть и жир свинины, чёрный перец, чеснок, так называемое варёное вино (алкогольный напиток из подогретого сусла, брожения которого добиваются путём добавления такого же старого напитка)



Традиционный соус из Марке называется «потаккьо» - “potacchio”, он готовится на медленном огне с добавлением белого вина, оливкового масла, чеснока, острого перца и розмарина. Обычно соус подают к мясным, рыбным или овощным блюдам.



Из шестнадцати видов трюфелей, растущих в Марке, два просто бесценны - tartufo bianco или белый трюфель (*Tuber magnatum Pico*) и tartufo nero или черный трюфель (*Tuber melanosporum Vitt.*). Место их производства - Сант-Анджело в Вадо и Акуаланьи, в северной части Марке, но они широко распространены и в других частях региона. Благовонные клубни играют важную роль в местной кулинарной традиции, давая силу и характер многим блюдам. В горных районах широко распространен сбор грибов, среди которых много



**винчиграсси**  
**(vincisgrassi)**



**каппеллетти (вид пасты с начинкой)**













### **Урбинская лепешка**

Тесто для лепешки изготавливается из пшеничной муки и яиц с добавлением воды, соли и перца. При помощи скалки тесто раскатывается и обильно смазывается топленым свиным жиром. После этого лепешку на краях свертывают, стараясь, чтобы свиной жир остался в центре лепешки; далее минимум в течение часа лепешке дают пропитаться жиром.

Лепешка готовится на широкой сковороде, перед снятием с огня ее переставляют на решетку и некоторое время держат на низком огне, чтобы жир испарился. Лепешку начиняют, обычно, сосисками или колбасными изделиями, зеленью или сыром.



- **кастаньоле** (сладкая выпечка, по форме напоминающая каштановый орех),

- **беккуте** (сладкая выпечка, украшенная изюмом и кедровыми орешками),

- **качуни** (небольшие равиоли, начинённые сладкой сырной начинкой)

- **фрустиньоло** (сладость с изюмом, орехами, миндалём, сухофруктами и горьким шоколадом)

- В период карнавала было принято готовить **чичеркьяту** – сладость с миндальными орехами, цукатами, мёдом и ароматным ликёром.

- **сангвиначчо** - для приготовления этого блюда мёд, ром, корицу, сапу (сапа - сироп из виноградного сусла) и апельсиновые корки варят, положив в свиную кишку.



- бостренго (bostrenge), готовящиеся из риса, хлеба, сахара, яблок, грецких орехов и меда;



- Салями ди фики – salumi di fichi



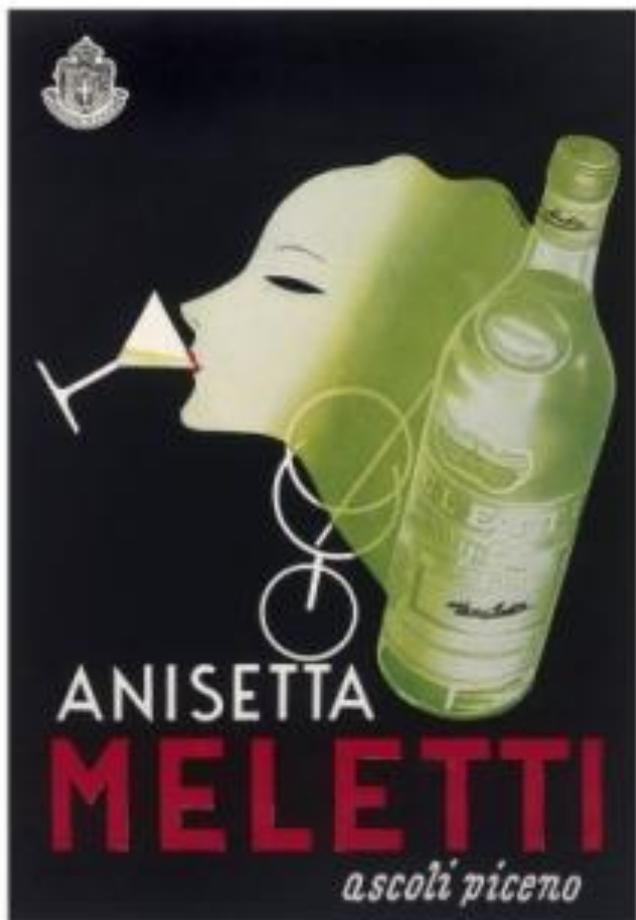
Сыр кашотта ди Урбино - сыр высшей категории DOP (он не может производиться за пределами жестко ограниченного региона), который производят из сырого овечьего молока с небольшой добавкой коровьего молока (около 20%). По легенде, кашотта ди Урбино был любимым сыром Микеланджело и папы Климента XIV.

Сыр бело-желтоватого цвета и обладает сладким вкусом, тонкая корка с созреванием приобретает интенсивный желтый цвет. Выпускается в цилиндрических формах, по 800 и 1 500 грамм.











# ***Кухня региона Молизе***



- ✓ Столица - город Кампобассо.
- ✓  Сельское хозяйство является основой экономики области. Несмотря на сходство в этом отношении с близлежащей областью Абруццо, экономика Молизе развивается медленнее.
- ✓  Индустриальное производство развито слабо. Это обусловлено малой распространённостью в области полезных ископаемых, а также популярных туристических объектов.
- ✓  ВВП Молизе составляет 5958,7 млн. евро - 0,4 % общеитальянского ВВП.







# Доминирующие элементы кухни Молизе:



# Особенности кухни Молизе:

**Молизе – самый молодой и один из самых маленьких регионов Италии. Этот регион расположен в центральной части страны и имеет выход к Адриатическому морю.**

Регион можно разделить на три географические зоны, каждая из которых имеет свои предпочтения в еде.

- Первая такая зона – Кампобассо. Она расположена между долин Ниферно и Форторе. В Кампобассо превосходные условия для выращивания винограда, различных видов бобовых культур и овощей. Визитная карточка кухни Кампобассо – капоната – блюдо на основе размоченного в уксусе и воде печенья (таралло) с помидорами, сельдереем, перцем, анчоусом, оливками и яйцами.
- Вторая зона – Адриатическое побережье. В прибрежных районах, конечно же, основой меню является рыба. С рыбой готовят разные виды ризотто, супы. Популярностью пользуются морепродукты. Следует отметить бродетто (бульон) из Тремоли. В бродетто используются 9-10 видов рыбы и морепродуктов. Главной особенностью тремолийского варианта этого блюда является добавление свежего стручкового перца, придающего кушанью особый аромат.
- В третьей зоне Молизе, местных Апеннинах, популярны блюда из баранины и свинины. В этой же области на основе орехов и различных видов



- Кавателли – традиционный вид макаронных изделий в Молизе. Кавателли даже упоминаются в официальном гимне футбольной команды из Кампобассо.
- В старину кавателли готовились вручную. Тесто для этого вида пасты используется самое простое: на основе муки и воды. Часто в тесто добавляется картофель.
- Кавателли обычно подают с мясным рагу, с овощами (например, с брокколи) или с грибами (с вёшенками). Кавателли – одно из главных блюд столицы региона, Кампобассо. В Кампобассо этот вид пасты чаще всего сопровождает свинина под соусом.



*Sicilia - Nostra .it*





- Строччата – свежий сыр из коровьего молока, производимый в Молизе. Для сквашивания молока используется закисшая сыворотка и сычужный фермент. Готовая строччата обладает волокнистой структурой (т.е. сыр тянется, если его чуть расплавить). Производится продукт в виде белых полос, обычно заплетённых наподобие косы. Многие операции при производстве строччаты выполняются вручную. Используется традиционное старинное оборудование и инструменты (например, деревянные и медные). Конечно, соблюдаются и

## STRACCIATA

Radicchio, basilico e balsamico.

*Infinita.*



**DI PASQUO**

dal 1956 sulle vostre tavole...



**Молизе**



## Молизе

- Тальолини – вид традиционных макаронных изделий региона Молизе. Тальолини готовятся из яичного теста: мука из твёрдых сортов пшеницы, яйца, соль. Этот вид макаронных изделий напоминает лапшу. Ширина полоски тальолини чуть больше, чем у капеллини, и чуть меньше, чем у тальятелли. Высота полоски – менее 1 мм. По длине тальолини схожи со спагетти.
- Тальолини быстро варятся. Они прекрасно сочетаются с лёгкими соусами, с рыбой, с бульоном. Часто соус для тальолини делают «белым» (т.е. без помидоров). Один из типичных рецептов – тальолини по-кампобасски: тальолини с тонко нарезанными полосками ветчины, луком, приправами (чеснок, петрушка, соль, перец) и оливковым маслом.





- Пампанелла долгое время считалось блюдом для знати. Бедняки не могли себе позволить пампанеллу. Для приготовления пампанеллы нужны лучшие части свиной туши – филе. Готовят свинину с оливковым маслом и приправами (солью, чесноком, красным перцем). После приготовления мясо чуть сбрызгивают уксусом и красным вином. Сначала все производители пампанеллы были родом из Сан-Мартино-ин-Пенсилис. Из-за дороговизны блюдо готовили к большим праздникам. Каждый день есть пампанеллу могли лишь богатые бароны. Цена деликатеса снизилась в 20 веке. Сейчас блюдо очень востребовано и популярно не только в Италии, но и в других странах.





# ***Вкусных путешествий в Италию!!!***

[www.saporitours.com](http://www.saporitours.com)

Instagram.com/saporitours

Facebook.com/saporitours

+375-25-752-3287

n. vorobyova@saporitours.com

