

THE GREEN GOAL

# FOOD & HOTEL



# L'ITALIA

## MORSO DOPO MORSO:

un viaggio gustoso alla scoperta dei sapori

THE GREEN GOAL

# FOOD & HOTEL

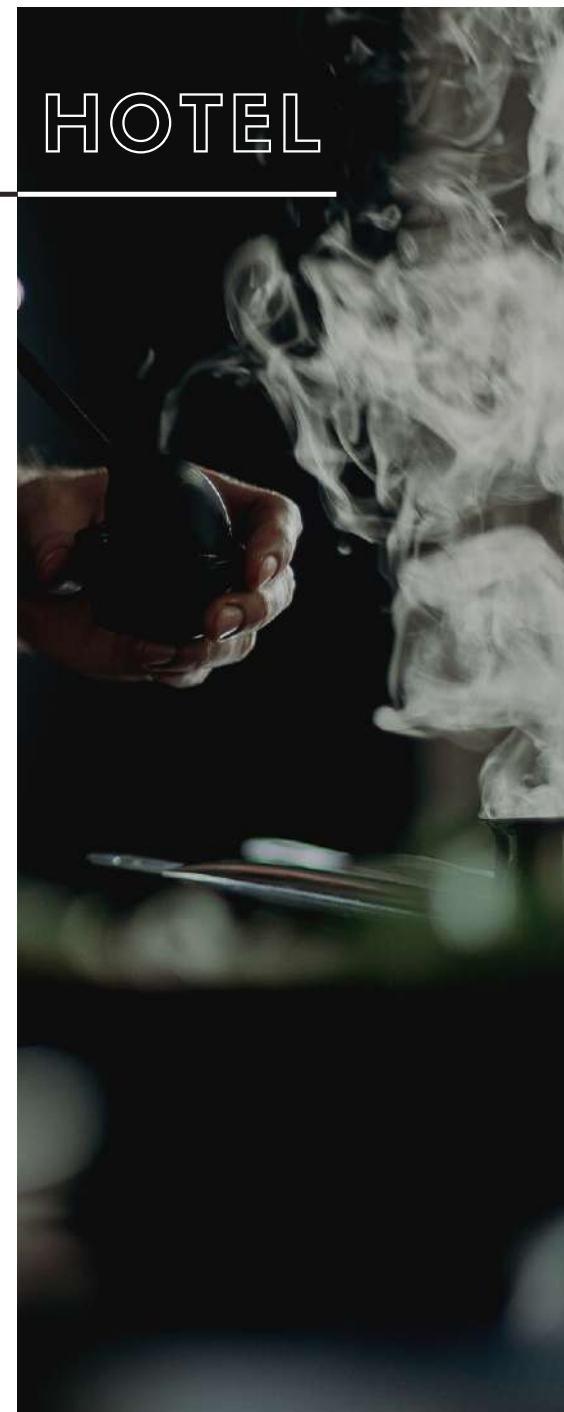
## AUTENTICITÀ, TRADIZIONE, ECCELLENZA.

*Un viaggio sensoriale della penisola italiana, da nord a sud, alla scoperta dei sapori di un tempo mai dimenticati.*

Il cibo italiano è uno dei migliori al mondo ed è un'attrazione turistica impareggiabile.

Esaltare il cibo è esaltare la cultura italiana e la sostenibilità. Le strutture alberghiere virtuose sono già da anni lanciate in questa battaglia per la sopravvivenza della tradizione alimentare e lo dimostrano supportando le piccole comunità agricole concludendo continuamente partnership finalizzate all'esaltazione del patrimonio culinario ed enogastronomico italiano tramite l'inserimento nelle proprie aree ristoro di prodotti a chilometro zero, di eccellenze enogastronomiche DOP e IGP e impegnandosi anche sul fronte di rete-economica diffondendo e informando i vacanzieri su tutte le attività anche culturali che cantine, frantoi, oleifici, birrifici, fattorie didattiche propongono sul territorio circostante.

Nel discorso della valorizzazione delle eccellenze alimentari locali si deve parlare anche di filiera corta e di bioagricoltura: il chilometro zero caposaldo della sostenibilità turistica e del concetto di vacanza salutare con la spinta verso le riduzioni di emissioni di CO2 dovute ai trasporti su lunga distanza e la freschezza del prodotto come manifesto di riconoscimento mentre la bioagricoltura si pone sempre di più come un trend turistico ma anche di vita quotidiana. L'obiettivo per il prossimo futuro è generare valore economico e nuove opportunità per le destinazioni, puntando su sostenibilità, innovazione ed esperienza.





---

*L'Italia*

## *morso dopo morso:*

un viaggio gustoso alla scoperta  
dei sapori

---

Gli hotel green sono da sempre impegnati in una missione di rieducazione del turista sotto tutti i punti: ambientale, sociale, etico e ultimo ma non per importanza enogastronomico. La missione degli hotel green è proprio quella di dar luce alle bellezze territoriali e culinarie del Paese ed è per questo che è giunto il momento di passare in rassegna il patrimonio alimentare italiano per conoscere e capire la cultura e le tradizioni del nostro Paese.

Buona lettura,

*The Green Goal*

---



## *indice*

- 04** Un viaggio enogastronomico
- 05** La garanzia delle eccellenze: le certificazioni dei prodotti
- 08** Il nord-ovest
- 12** Il nord-est
- 16** Il centro Italia
- 24** Il sud-Italia
- 29** Le isole



## ALL'INSEGNA DELL'OSPITALITÀ E DELLE RADICI ITALIANE

### *Un viaggio enogastronomico*

Gli hotel green sono da sempre impegnati in una missione di rieducazione del turista sotto tutti i punti: ambientale, sociale, etico e ultimo ma non per importanza enogastronomico. L'enogastronomia si conferma come una delle ultime tendenze in ambito turistico, la vacanza ormai va vissuta con ogni senso, compreso il gusto ed è questa la ragione che spinge sempre più vacanzieri a scegliere esperienze imperniate lungo percorsi legati al buon cibo e al buon vino. Assaggi nei mercati locali, passeggiate nelle vigne, tour di oleifici e birrifici, ricerca delle sagre di paese, insomma i turisti ormai legano sempre più spesso le proprie ferie al cibo.

Questo perché l'Italia che lo voglia o no è

sempre stata ancorata e rimarrà tale, ad un passato di profonda cultura culinaria: parlare di cibo è parlare di conoscenza, di sapere, di tradizione, di storia. La storia culinaria ed enogastronomica italiana è estremamente ricca e riconosciuta a livello internazionale motivo per cui merita il massimo dell'attenzione. Una macchina per turisti il cibo italiano che ha bisogno di essere difeso dalla proliferazione dei fast-food e dalle importazioni eccessive di cucina non locale sia per quanto riguarda le ricette che per quanto riguarda i prodotti. Esistono infatti dei cibi particolarmente importanti in Italia che vengono contrassegnati da alcune certificazioni di garanzia, parliamo delle sigle IGP, DOP, STG, DOC, DOCG e simili.


## LA GARANZIA DELLE ECCELLENZE: LE CERTIFICAZIONI DEI PRODOTTI ALIMENTARI

Uno degli obiettivi più importanti delle certificazioni di qualità è quello di garantire al consumatore che l'alimento che sta acquistando è stato prodotto secondo standard qualitativi di un certo tipo. Sarebbe bene conoscere le certificazioni per poter stabilire il giusto peso di queste in relazione al cibo che portiamo sulle nostre tavole; tuttavia, non si deve diventare dipendenti da esse (ci sono molti prodotti non certificati validissimi). Va però da sé che soprattutto chi organizza vacanze di tipo enogastronomico deve prestare una certa attenzione alle certificazioni anche per potersi assicurare di aver assaggiato cibi il più tipici possibili e in questo senso gli hotel e le strutture extra-alberghiere hanno un peso determinante perché devono nella maggior parte dei casi inserire nei menù delle proprie strutture pietanze certificate o piatti che le comprendano permettendo così al turista di godere delle bontà locali. Cosa ci garantiscono, in pratica, le diverse certificazioni? Innanzitutto, due valori portanti da tenere a mente ovvero la sicurezza (prodotti controllati) e le qualità organolettiche (quindi il gusto, la fragranza, l'odore e le relative proprietà nutrizionali). Sotto il punto di vista della sicurezza le certificazioni tutelano maggiormente il consumatore in ambito di frodi alimentari. Afferma cibo360.it che innanzitutto sui prodotti certificati ci sono più controlli, da parte delle autorità e da parte dei consorzi di tutela. La garanzia riguardo la provenienza dei prodotti (soprattutto di quelli DOP), diminuisce quindi il rischio di frodi in particolar modo per quanto riguarda alcuni alimenti particolarmente sensibili, tra cui l'olio extravergine di oliva. Ovviamente bisogna sganciarsi dall'idea che le certificazioni siano il non plus ultra-assoluto e

che ci si debba nutrire solo ed esclusivamente di prodotti certificati, ad esempio un fronte su cui le certificazioni non sono garanzia particolare è quello degli aspetti nutrizionali del prodotto. Questi possono sì essere aumentati da una produzione di qualità ma non si può dire che un prodotto certificato sia, in assoluto, nutrizionalmente migliore di un altro che non ha certificazioni.

Tuttavia, in linea generale la maggior parte dei prodotti certificati ha qualità organolettiche superiori alla media grazie al profondo legame con il territorio in cui nasce il prodotto che presenta determinate caratteristiche climatiche ideali per svilupparsi e di conseguenza è naturale che sia migliore della maggior parte dei prodotti analoghi provenienti da altre zone. In Italia c'è una ricchezza di prodotti infinita, che forma una vera e propria cultura alimentare invidiata in tutto il mondo. Ogni comune o quasi ha i propri prodotti tipici provenienti dalla tradizione contadina, molti dei quali avrebbero diritto a una certificazione di qualità; tuttavia, ottenerla non è semplice, ci vogliono risorse, capacità organizzativa e un'estensione sufficientemente grande della zona di produzione.

Pochi prodotti hanno queste caratteristiche, ma questo non significa che gli altri non siano ugualmente meritevoli (proprio per questo nascono associazioni private come Slow Food). Veniamo al sodo della questione: quanti e quali sono le certificazioni alimentari? Qui ci viene in aiuto il Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali (Mipaaf) che sul sito riporta un elenco estremamente dettagliato e aggiornato al 2022, di tutti i prodotti alimentari, dei vini e delle bevande spiritose che posseggono una certificazione.




Svisceriamo un momento tutti questi acronimi: DOP sta per Denominazione di Origine Protetta ed è una certificazione registrata presso la Comunità Europea per indicare un prodotto tipico italiano di alta qualità, la cui zona di origine e le tradizioni utilizzate tutt'ora per crearlo lo rendono così peculiare da doverlo salvaguardare da contraffazioni. Tra tutte le denominazioni e indicazioni presenti in Italia, quella DOP è probabilmente la più conosciuta e sicuramente la più restrittiva; le altre invece sono la DOC, la DOCG, l'IGP e l'IGT. La denominazione DOP nasce assieme a quella IGP nel 1992 grazie al Regolamento CEE 2081/92 emanato dalla Comunità Europea e inizialmente includeva soltanto i prodotti agroalimentari esclusi i vini e le bevande alcoliche; nel 2011 è stata effettuata una modifica e anche queste due categorie fanno ora parte del riconoscimento DOP. Tra i prodotti marcati DOP sono compresi vini, formaggi, carni, pesci e oli anche se la stragrande maggioranza dei prodotti DOP italiani è di tipo caseario.

Passiamo alla certificazione DOC. DOC sta per Denominazione di Origine Controllata ed è stata una delle denominazioni più ambite dalle società che operano nel campo dell'enologia. Ha rappresentato e tutt'ora rappresenta, un mondo al quale accedere, un privilegio riservato ad alcune aziende che garantiscono la qualità dei prodotti che commercializzano. Quindi se col DOP si era sfociato dall'enologico al gastronomico, qui col DOC va specificato che ci si riferisce solo a prodotti vinicoli e basta, la certificazione non è stata estesa ad altre categorie di prodotti, a specificarlo è AlmaLaboris (<https://www.almalaboris.com/organismo/blog-lavoro-almalaboris/67-export-management/2592-marchio-doc-significato-espressione-come-ottiene.html>). Conseguire il marchio DOC è possibile solo per le aziende che commercializzano prodotti che possiedono determinate caratteristiche qualitative e una certa fama a livello commerciale. Prima di essere messi in commercio, i prodotti DOC devono essere sottoposti ad una preliminare analisi chimico-fisica e ad un esame organolettico che certifichi il rispetto dei requisiti previsti dal disciplinare di riferimento.

DOCG invece sta per Denominazione di Origine Controllata e Garantita. Tra i marchi di qualità dei prodotti italiani, quelli relativi all'ambito vitivinicolo sono caratterizzati da una serie di peculiarità che comportano diversificazioni normative.

I primi marchi finalizzati a segnalare la provenienza territoriale dei vini italiani, come il vino DOCG o il vino DOC, erano di rilevanza nazionale.



In seguito alla riforma dell'Organizzazione Comune del Mercato vitivinicolo del 2010, i marchi dei vini DOCG, DOC e IGT, sono stati assorbiti dai marchi di rilevanza europea DOP e IGP.

L'indicazione del vino DOCG va inserita sull'etichetta della bottiglia di vino obbligatoriamente e consiste o nell'indicazione della zona viticola o nella combinazione tra il nome della zona viticola e il nome storico del prodotto. IGP, Indicazione Geografica Protetta, è la seconda tipologia di sigla condivisa a livello europeo. A dispetto del nome, indica alimenti e vini tipici di una determinata area geografica e che li sono prodotti e trasformati o elaborati: questo vuol dire che un determinato prodotto, pur lavorato nella zona indicata secondo metodologie specifiche, può provenire da una diversa regione o persino dall'estero. IGT, sta per Indicazione Geografica Tipica, ed era infatti la terza sigla in uso per i prodotti enologici fino al 2010: oggi è stata ricompresa nel marchio IGP. Per ottenere il riconoscimento, i vini devono essere prodotti con almeno l'85% di uve provenienti dall'area geografica indicata.

Infine, l'STG e il PAT. Specialità Tradizionale Garantita è la sigla europea che meno ha a che vedere con l'origine dei prodotti e di questo ci informa un articolo di [agrodolce.it](http://agrodolce.it); tale sigla è infatti utilizzata esclusivamente per alimenti con caratteristiche di tradizione e di qualità tali da distinguersi da altri prodotti simili: gli unici due casi italiani sono la mozzarella e la pizza napoletana. PAT invece sta per Prodotto Agroalimentare Tradizionale, ed è il marchio utilizzato solo in Italia per contraddistinguere prodotti tradizionali e di nicchia, con una diffusione così ridotta da non concorrere all'assegnazione di DOP e IGP. È l'unica sigla di qualità che è attribuita dalle Regioni: l'obiettivo è di valorizzare le specialità locali ottenute con metodi di lavorazione, conservazione e stagionatura tradizionali, in uso da almeno venticinque anni e omogenei in tutto il territorio interessato. Alcuni esempi sono il sanguinaccio e il miele lucano, il prosciutto di pecora sardo e lo speck altoatesino.

Passate in rassegna quali siano le principali certificazioni di garanzia dei prodotti enogastronomici italiani è arrivato il momento di inoltrarci all'interno di un viaggio attraverso il patrimonio alimentare del nostro paese per iniziare anche a pensare a qualche luogo specifico per le vacanze estive di quest'anno sulla base del buon cibo che offre.

IL NORD-OVEST

## *Alla scoperta dei sapori di Liguria, Lombardia, Piemonte e Valle D'Aosta*

### Inizia il viaggio nell'Italia dei sapori...

Partendo dalla punta all'estremo Ovest della Penisola, nella parte alta dello stivale, troviamo la Liguria. Con la sua caratteristica forma a mezzaluna, è la regione delle splendide 5 Terre, mete ambitissime di crociere e vacanze per italiani e stranieri ma è anche la patria dei fiori e soprattutto del Festival di Sanremo, l'evento che ogni anno la pone sotto i riflettori di tutti gli italiani per una settimana.

Oltre che dare i natali al festival musicale più noto d'Italia la Liguria è anche una regione dai sapori intensi e particolari (come dimenticare l'oro verde ligure: il pesto alla genovese?) e infatti nell'elenco del Mipaaf sono presenti diversi cibi IGP e DOP di provenienza ligure come le acciughe sotto sale del Mar Ligure, caratteristiche soprattutto di Genova e La Spezia, che hanno origine addirittura nella tradizione culinaria delle Repubbliche Marinare (Genova è stata una di queste).


Un cibo dal sapore asciutto e marcato nonché uno tra i pochi prodotti ittici a potersi fregiare della garanzia IGP: una volta pescate le acciughe vengono stagionate a temperatura costante per 40-60 giorni in salamoia, vengono spesso usate per arricchire i sughi delle paste o le salse ma anche come antipasto.

Liguria terra del pesto e quindi terra di basilico, prodotto certificato DOP. In classifica tra i prodotti certificati più famosi della Liguria troviamo anche la Focaccia di Recco ripiena di formaggio: non adatta agli intolleranti al lattosio si tratta di un piatto tipico davvero godurioso originario nello specifico di Genova. Bassa, croccantissima e ripiena di crescenza freschissima la fugassa (alla genovese) sicuramente si impone come uno dei prodotti IGP liguri più conosciuti e amati tanto da aver spinto foodblogger e siti di cucina a proporre la ricetta.



È ora la volta della Lombardia: regione ricchissima di tradizioni culinarie peculiari, la Lombardia è la patria dell'asparago di Cantello, originario della zona del Varese, famoso per il caratteristico colore bianco e dal sapore tendenzialmente dolce. Viene consumato fresco, nelle insalate, o accompagnato a formaggi aspri come quello di capra altrimenti si opta per un classico della cucina lombarda: l'abbinamento celebre con le uova all'occhio di bue. Impossibile non citare un altro prodotto IGP che è la Bresaola della Valtellina, originaria della provincia di Sondrio, consumata rigorosamente cruda spesso accompagnata da scaglie di parmigiano è uno degli antipasti più apprezzati in Italia. Tra i prodotti caseari impossibile dimenticare il Gorgonzola DOP e il Grana, due specialità che la regione condivide con il Piemonte e che hanno conquistato il cuore degli italiani. Grana e Gorgonzola quindi specialità piemontesi ma la regione propone altre prelibatezze come la mela rossa di Cuneo.

Caratterizzata dalla forma tronco-conica, dalla consistenza farinosa e dal sapore molto dolce, la mela rossa di Cuneo viene utilizzata anche in preparazioni salate come le polpettine cuneesi dove la carne macinata viene amalgamata con una mela rossa tritata. Piemonte patria del Gianduiotto, non possiamo perciò soprassedere dal citare la bontà delle nocciole piemontesi che hanno dato vita ad uno dei cioccolatini più amati e apprezzati in Italia. Per chiudere la sfilata di bontà del Nord-Ovest troviamo la Valle d'Aosta, la regione montuosa per eccellenza, quella dei paesaggi mozzafiato, delle vacanze naturalistiche passate all'insegna del silenzio e della natura ma anche la terra delle escursioni per gli amanti del trekking. Terra di confine con la Svizzera e la Francia molte delle sue specialità IGP e DOP seguono influenze francesi e svizzere, come il Fromadzo, prodotto con latte vaccino proveniente da due mungiture e miscelato con piccolissime parti di latte caprino.



*"Oggi il viaggiatore è più esigente, attivo, presta particolare attenzione alla sicurezza e alla sostenibilità. L'interesse verso l'enogastronomia in viaggio è andata in crescendo, allargandosi a nuove modalità ed esperienze più coinvolgenti, innovative e green. La ricchezza del nostro Paese, che vanta un diversificato patrimonio di prodotti, identità, culture e paesaggi, può consentire all'Italia di diventare leader nei prossimi anni nel turismo enogastronomico".*

ROBERTA GARIBALDI  
PRESIDENTE ONORARIO DELL'ASSOCIAZIONE  
ITALIANA TURISMO ENOGASTRONOMICO



Al gusto risulta un formaggio semidolce quando è fresco, mentre diviene più deciso, leggermente salato, talvolta con una punta di piccante, quando raggiunge una maggiore stagionatura. È poi la volta della Fontina valdostana, uno tra i ripieni più acclamati per piadine e panini, utilizzato anche in accompagnamento a carni o come salsa. Latticini ma non solo: la Valle d'Aosta è famosa anche per il Lard d'Arnad, altro prodotto DOP, lardo pregiatissimo, stagionato con sale, spezie e aromi di montagna che viene consumato puro come un normale salume.

Queste sono solo alcune delle specialità DOP e IGP del Nord Italia, passiamo ora in rassegna le bontà che caratterizzano l'altra metà del Nord della nostra Penisola.



# *I prodotti certificati di Emilia-Romagna, Friuli-Venezia Giulia, Trentino Alto-Adige e Veneto*

## IL NORD-EST

Tutte regioni caratterizzate da un importantissimo vissuto storico soprattutto durante la Seconda guerra mondiale, quelle del Nord Est sono terre ricche di tradizioni. Ad esempio l'Emilia-Romagna, regione altamente turistica (dedita spesso purtroppo anche all'overtourism a causa della presenza massiccia di discoteche, zone balneabili come quelle sulla Riviera e altre infrastrutture proprie di un turismo più prepotente) questa regione è conosciuta principalmente per le bontà bolognesi come la Mortadella DOP ma accanto agli affettati è parte del vissuto di questa zona l'arte della pasta fresca: i turisti possono tutt'oggi ammirare le Sfogline, donne spesso molto anziane portatrici di un'enorme sapienza culturale in tema di pasta all'uovo, intente a spianare sfoglie

per lasagne o a produrre quantitativi esagerati di tortellini con una tecnica e una capacità invidiabili. Al pari delle Sfogline famosa è diventata anche la comunità delle Cesarine, legate a SlowFood: si tratta di una rete di donne cuoche e casalinghe che ospitano i turisti che lo desiderano per offrire loro pranzi, cene e intere degustazioni di pasta fresca e piatti tipici regionali, un'esperienza immersiva a 360 gradi da non perdere soprattutto se si è alla ricerca di un tour enogastronomico. A proposito di pasta fresca sono certificati IGP i Cappellacci ferraresi, pasta ripiena di zucca spesso servita con un condimento semplicissimo burro e salvia o con un sugo di carne, da degustare di fronte, perché no, alla bella vista di Palazzo dei Diamanti? Pasta, affettati ma



anche oli: l'Emilia-Romagna è la casa del Colline di Romagna, un olio targato DOP, prodotto nel riminese fino alla provincia di Forlì e Cesena. Caratterizzato da un color giallo oro, in alcuni casi tendente al verde, presenta un intenso aroma di oliva, mediamente piccante e con un retrogusto di mandorla; un prodotto decisamente peculiare e un sapore che merita di essere provato.

Casa delle Dolomiti, il Friuli Venezia-Giulia è famosa per il Montasio, un formaggio DOP originario di Gorizia e Trieste. Pasta cotta e semidura (simile al Taleggio per consistenza) di latte vaccino, viene stagionato fino a 18 mesi ed ha una storia antichissima: la ricetta originale è propria della costanza dei frati Benedettini che nel 1200 ne hanno brevettato la produzione. Per un antipasto friulano che si rispetti Montasio sì ma anche Prosciutto San Daniele: uno tra gli affettati più amati d'Italia per il suo sapore dolcissimo e per il grasso che quasi si scioglie sul palato, il Prosciutto San Daniele è l'altro grande gioiello del Friuli originario di Udine.

È ora la volta del Trentino Alto-Adige, che, come la Valle d'Aosta, viene riconosciuto all'unanimità come uno dei luoghi d'oro del turismo montano (e ultimamente sempre più anche di discipline nuove come il Forest Bathing), ed è anche famoso per le mele: non si può fare a meno di assaggiare un tipico Strudel di Mele se si programma una vacanza in Trentino ed è proprio la Val di Non a fornire tra le mele migliori d'Italia certificate DOP. La mela della Val di Non presenta molte varianti come la Golden o le piccole mele Renetta, tutte ottime degustate a morsi durante una bellissima gita in barca sul lago di Braies o all'interno di un croccante dolce di sfoglia. Per gli amanti dei formaggi dai sapori decisi il Trentino è anche la patria del Puzzone di Moena. Il Puzzone, dal nome spiritoso, è un formaggio dalle note intense ricoperto da una riconoscibilissima patina unta; si ottiene da latte crudo e stagionato da 90 giorni a 10 mesi e presenta un sapore acuto consigliato solo agli amanti delle note forti. Per chiudere sul



filone dei formaggi, un prodotto trentino altamente commercializzato e amato in Italia è l'Asiago, anch'esso denominato DOP, prodotto anche in Veneto, usatissimo per risotti cremosi e sapidi

All'estremo Nord-Est dello Stivale troviamo infine il Veneto, la regione della magica Venezia, città che purtroppo sta pagando sempre più caro il prezzo dei cambiamenti climatici che non fanno che innalzare il livello delle acque della laguna, facendo presagire un grottesco futuro in cui non sarà possibile più visitare il maestoso Ponte Rialto, né tantomeno ammirare le bellezze della Biennale. Del Veneto si è già detto dell'Asiago ma tante sono le specialità certificate di questa regione come, ad esempio, il marrone di Combai nella provincia di Treviso a marchio IGP. Parliamo di una particolare varietà di castagna raccolta tra il 15 settembre e il 15 novembre. Il marrone di Combai è un frutto di forma ovoidale, quasi ellittica con una buccia brillante e di colore marrone scuro, provvista di striature e solcature molto evidenti che deve staccarsi facilmente dalla pellicola interna del frutto, il quale assume un colore nocciola chiaro a maturazione completata.

Il frutto si presenta a corpo unico con solcature superficiali e si trova protetto da un riccio ricoperto di aculei. La polpa è di colore biancastro, ha una pasta farinosa, zuccherina, saporita, consistente, resistente alla cottura, croccante e di sapore dolce.

Queste castagne venete vengono solitamente consumate lesse o in confetture, tuttavia, esiste anche una ricetta molto antica che le vede protagoniste di una sorta di zuppa, il Mondoì, ovvero i marroni in brodo. Altra piccola dolcezza Veneta è il miele delle dolomiti Bellunesi DOP, che presenta aromi diversi come il miele di Tarassaco, quello di Acacia o Tiglio, Castagno, Rododendro o Miele Millefiori; viene prodotto ed elaborato a partire dal nettare dei fiori del territorio montano bellunese e presenta caratteristiche qualitative peculiari strettamente legate alla flora tipica degli ambienti montani anche di alta quota.

Terminato questo piccolo e comunque riduttivo viaggio alla scoperta dei sapori tipici del Nord-Italia è arrivato il momento di scendere giù e avvicinarci verso le ricche tradizioni del centro.



—  
*"Uno non  
può pensare  
bene,  
amare bene,  
dormire  
bene,  
se non ha  
mangiato  
bene"*  
—

VIRGINIA WOOLF



IL CENTRO ITALIA

## Toscana, Umbria, Marche, Lazio e Abruzzo, tradizioni a confronto



Il centro Italia è insieme al Sud la zona della Penisola più amata dai turisti per la presenza di città d'arte come Roma o Firenze. Tuttavia, visitare quest'ultime toglie forse visibilità a piccoli gioielli culturali ed enogastronomici come le Marche, l'Umbria e l'Abruzzo. Ma procediamo per gradi.

La culla del Rinascimento e della lingua italiana, casa di Dante, Boccaccio e Petrarca, la Toscana offre perle come Firenze con i suoi Uffizi ma anche piccoli gioielli come Siena, Grosseto, Volterra, San Gimignano, Arezzo o la minuscola Badia Prataglia. Oltre alle cittadine medievali la

Toscana è anche ricca di cibi gustosissimi e particolarissimi come i Cantucci, biscotti secchi alle mandorle originari di Prato ma diffusissimi in tutta la Toscana che in men che non si dica si sono guadagnati un posto d'onore nei palati di tutti gli italiani. Piccola menzione speciale per un vino toscano che è uno dei più amati della Penisola, il Chianti Classico certificato DOCC: con una composizione variabile tra il 70 e il 100% di Sangiovese, caratterizzato dal sapore secco e sapido che con il passare della degustazione diventa morbido e vellutato, il Chianti è un

sempreverde amatissimo da tutti.

Per non dimenticare appunto le bellezze dei borghi medievali toscani e nemmeno le loro bontà è impossibile non citare il prosciutto di Cinta Senese DOP, saporitissimo e ricchissimo di Omega 3 tra l'altro. Piccola curiosità: il nome della razza di suino toscano da cui deriva questo particolare prosciutto è dovuto al manto dell'animale che è caratterizzato da una grossa striscia bianca che attraversa il dorso come una cinta appunto.



Confinante con la Toscana anche l'Umbria offre un patrimonio culinario ed enogastronomico straordinario, basti pensare al fatto che Perugia è conosciutissima per il noto Eurochocolate, la fiera annuale del cioccolato che si svolge di solito in autunno; questo deve far già intendere che si parla di una regione che nasconde delle perle per il palato. Un esempio è dato dal farro di Monteleone di Spoleto: il cereale viene raccolto tramite mietitrebbiatura tra febbraio e maggio, semiperlato all'apparenza, ricchissimo di vitamine e sali minerali usato per piatti tipici umbri come la Minestra di San Nicola oppure varianti dei risotti, i farrotti per l'appunto. Rimanendo tra cereali e legumi famosissima è anche la lenticchia di Castelluccio di Norcia coltivata sui piani carsici di Castelluccio all'interno del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, certificata IGP. Questo legume cresce ad un'altezza di 1500 metri e viene utilizzata come il farro di Spoleto per zuppe

saporitissime. Infine, proprio parlando di Norcia si deve menzionare il prosciutto di Norcia IGP, un crudo allevato a 500 metri di altezza (i maiali si nutrono appunto di piante particolari che crescono solo a questi livelli di altitudine); caratterizzato dal tipico profumo speziato e da un sapore sapido ma non eccessivamente salato.

Spostandoci nel nostro viaggio alla scoperta dei sapori italiani certificati arriviamo alle Marche, regione forse troppo spesso sottovalutata. Come tutte le terre del centro offre sapori caldi e avvolgenti, come quello della tipica Casciotta d'Urbino DOP, prodotta proprio nella zona di Pesaro-Urbino. Antichissima, originaria del '500, questo formaggio nasce da una miscela di latte ovino per il 70-80% e latte vaccino. È un formaggio dalla pasta molle e friabile e dal sapore dolce e piacevolmente gradevole. Fresca e cremosa, la Casciotta d'Urbino DOP è

protagonista della tavola a tutte le ore: per piccoli stuzzichini, abbinata con pere o fichi, oppure per ripieni di pasta fresca.

È ottima, tra l'altro, per contorni cucinati alla piastra e anche se scaldata e lasciata poi raffreddare resta morbida e gustosa. Tipici invece di una piccola cittadina marchigiana sono i Maccheroncini di Campofilone nella provincia di Fermo, trattati di una pasta secca ottenuta dalla lavorazione delle uova con farina di grano tenero o semola di grano duro. La tradizionale ricetta prevede di condirli con ragù di carne e abbondante pecorino ma la vicinanza al mare della zona di produzione fa sì che lungo la costa vengano degustati anche con ragù di pesce. Infine, abbiamo nella top three delle specialità certificate marchigiane il prosciutto di Carpegna. I maiali sono allevati nella zona del Parco Naturale del Sasso Simone e Simoncello, tra le colline di Montefeltro dove si trova l'unico stabilimento di produzione di questa varietà di salume, imperdibile se si decidesse di organizzare un tour enogastronomico delle Marche che a questo proposito offrono un'ampia varietà di sagre di paese con street food tipico da consumare per i turisti interessati.

È ora la volta del Lazio. Regione della capitale d'Italia che forse come la Toscana paga troppo spesso lo scotto di ospitare una meravigliosa città d'arte iperturistica, lasciando un po' a sé le bellezze paesaggistiche e le specialità culinarie della tradizione di cui è in realtà ricchissima.



Anche a Roma, ad esempio, uno dei piatti tipici più richiesti è il famosissimo carciofo alla romana, spesso realizzato utilizzando i celebri carciofi romaneschi del Lazio IGP, prodotti nella zona di Tarquinia, Ladispoli, Civitavecchia, Santa Marinella e a seguire.





Il Carciofo Romanesco del Lazio IGP ha una lunga tradizione: quest'ortaggio è infatti presente da tempo immemore nella cultura gastronomica e rurale delle popolazioni del centro Italia. Riporta Qualigeo.eu che infatti alcune raffigurazioni parietali, rinvenute all'interno di tombe della necropoli etrusca a Tarquinia, ne testimoniano già la presenza come prodotto alimentare della tradizione laziale.

Le prime notizie certe sulla sua coltivazione risalgono al XV secolo, quando dalla zona di Napoli, dove era stato introdotto da Filippo Strozzi, il carciofo si diffuse in Toscana e successivamente in altre aree della Penisola. Tuttavia, solo dopo la Seconda guerra mondiale il carciofo cominciò a diffondersi con maggiore rapidità grazie alle sue eccellenti proprietà organolettiche e la grande versatilità in cucina, oggi è un ortaggio molto

*Delizioso!*



diffuso nelle regioni centromeridionali anche se è nel Lazio che si sono sviluppate le colture più pregiate. Se è molto giovane e tenero, il carciofo del Lazio si può mangiare crudo, tagliato a fettine, condito con sale, olio, limone e menta, magari in abbinamento a scaglie di Parmigiano Reggiano DOP.



## il viaggio del gusto continua...

Estremamente adattabile in cucina si presta per la preparazione di svariate ricette, soprattutto in quanto, data la morbidezza che lo contraddistingue, cuoce in soli 15 minuti circa. Il Carciofo Romanesco del Lazio IGP è molto conosciuto nella tradizionale ricetta "alla romana", farcito con aglio, prezzemolo, mentuccia e cotto a lungo in acqua e vino bianco oppure, come poco sopra, fritto (considerato spesso un antipasto).



Un altro capoluogo di provincia della regione. Latina, dà i natali al kiwi di Latina IGP. La buccia di questo frutto è di colore bruno mentre la polpa si presenta come verde smeraldo. La consistenza è soda, il sapore è connotato da una vaga sapidità tipica, dolce-acidula e molto gradevole. Questo frutto si presta tranquillamente anche all'impiego in gelati, confetture, succhi, sciroppi e liquori. Infine, impossibile non citare il pecorino romano DOP, protagonista di tantissimi piatti della tradizione romana come la carbonara, la Gricia e la cacio e pepe nonché ripieno prediletto di alcune varietà di suppli: insomma non si può dire Roma senza dire anche Pecorino!

Chiudiamo il nostro tour enogastronomico del centro Italia con l'Abruzzo. Terra del meraviglioso parco nazionale del Gran Sasso e di cittadine immerse nel verde, l'Abruzzo offre specialità culinarie come la carota dell'Altopiano del Fucino dalla tipica forma cilindrica con punta arrotondata, priva di peli radicali e caratterizzata da un uniforme colore arancio intenso, compreso il colletto. Questo ortaggio possiede una polpa croccante e un sapore dolce è per questo ottima per passati e minestrone o come contorno di

arrosti e negli sformati. Può eventualmente anche essere cotta al burro, all'olio o in padella con i broccoli oppure accompagnata al radicchio proprio perché in grado di mitigarne il sapore aspro. Dopo un prodotto ortofrutticolo citiamo un prodotto di carne: i salamini alla cacciatora (consumati anche nel Lazio, in Emilia-Romagna, in Toscana, in Molise e in svariate altre regioni d'Italia). I salamini italiani alla cacciatora hanno una consistenza compatta e non elastica; presentano una fetta compatta e omogenea, di colore rosso rubino con granelli di grasso ben distribuiti. Connotati da un sapore dolce e delicato, mai acido e da un profumo specifico; il loro classico impiego è come antipasto, solitamente in abbinamento con altri salumi, formaggi e sott'oli ma possono essere però utilizzati anche per preparare sfiziose insalate: a fette, in listarelle o dadini, abbinati ad esempio a mela e melagrana, oppure a lenticchie, pomodoro e olive, conditi con vinaigrette balsamica.

Chiuso il cerchio gastronomico del centro Italia, ci prepariamo a superare le Colonne d'Ercole del gusto certificato italiano: è arrivato il momento di un viaggio nel Sud del Paese.



## IL SUD-ITALIA

# *Mare, sole, vento e cibo certificato: il cocktail di bellezze di Campania, Molise, Puglia, Basilicata, Calabria*

Il Sud Italia è ricchissimo di meraviglie culturali e gastronomiche nonché provvisto di acque splendide e di luoghi turistici talvolta incontaminati. Proprio questo fa sì che il Sud Italia sia la meta prediletta di italiani e stranieri da sempre durante la bella stagione.

Fare una sintesi dei tre cibi certificati migliori di una regione come la Campania è non solo arduo ma anche doloroso perché si tratta di una terra che ha fin troppe pietanze deliziose da offrire. Prima di addentarci nella top three dei cibi certificati più particolari della Campania è bene ricordare che

non stiamo parlando di una regione che come attrazione turistica offre solo Napoli, Salerno e Pompei, tre città meravigliose e piene di storia antica (non si possono rifiutare una visita a Napoli sotterranea o una passeggiata sul lungomare di Salerno) tuttavia esistono tanti piccoli gioiellini turistici come Positano o in realtà qualsiasi luogo meraviglioso della costiera amalfitana per non parlare di paesini estremamente caratteristici come San Giorgio a Cremano (la città di Massimo Troisi) tra i vari che vale la pena visitare. Tornando alle specialità certificate: una di quelle meno conosciute è il Cipollotto Nocerino DOP dalla polpa sapida e poco acida, proprio per questo viene utilizzato quasi sempre fresco in insalate verdi e con i pomodori. Il Cipollotto Nocerino DOP trova inoltre largo impiego nei piatti della cucina tradizionale campana non necessariamente freddi.

Dalla costiera amalfitana viene un altro prodotto DOP che è la colatura di alici di Cetara. Trattasi di un condimento utilizzato di solito nei primi piatti e nient'altro che il liquido ottenuto dalla maturazione delle alici sotto sale. Prodotto tipico salernitano è caratterizzata da un color ambra limpido e brillante, tendente al bruno-mogano e da un odore persistente, intenso, che richiama il profumo delle alici sotto sale e di quelle fresche. La colatura è anche molto usata per insaporire piatti di pesce ma anche di verdura. La Costiera è anche famosissima per gli agrumi certificati come i limoni di Sorrento e di Amalfi.



Ultima ma non per importanza la regina: la mozzarella di bufala campana marchiata DOP. La Mozzarella di Bufala Campana DOP è di forma tondeggiate, ma sono ammesse anche altre forme (bocconcini, trecce, perline, nodini, ciliegine, ovoline). Il peso è variabile tra 10 e 800 g a seconda della forma e fino a 3 kg per la forma a treccia. Di colore bianco porcellanato, ha una superficie sottilissima e liscia ed è connotata da un sapore è caratteristico e delicato ma leggermente più forte di quello della mozzarella classica.

È ora la volta del Molise, regione purtroppo poco considerata perché estremamente piccola ma proprio questa sua dimensione ridotta ne fa una perla nel cuore del Sud Italia. Un litorale pazzesco e parchi naturali meravigliosi, questa la ricetta del Molise, una zona che va conosciuta ed esplorata soprattutto se si mira ad una vacanza

rigenerante in stile green. Per quanto riguarda le ricette e le specialità tipiche molisane esse si pongono come mix di quelle campane e del centro Italia come, ad esempio, la ricotta di bufala campana, la stessa mozzarella, i salamini: famosissimo è anche l'olio molisano, dalle province di Isernia e Campobasso, dal sapore estremamente fruttato ma misto a note di piccantezza.

Spostandoci sempre di più giungiamo in Puglia. La terra del mare cristallino, del magnifico Salento, di Polignano a Mare, zone con una flora e una fauna marine estremamente diversificate. Non si può non partire con gli splendidi formaggi pugliesi, tra i quali un posto d'onore spetta alla Burrata di Andria DOP prodotta a Bari, Brindisi, Foggia, Taranto e Lecce. Un piccolo scrigno di piacere, la burrata di Andria che contiene il tipico ripieno di panna e pasta di mozzarella

sfilacciata, da consumare rigorosamente fresca o in abbinamento anche a primi e secondi ma senza che debba passare attraverso un processo di cottura di qualsiasi tipo. Sempre per restare in tema di formaggi menzione speciale per il caciocavallo Silano DOP, con la sua tipica forma conica. Ottimo formaggio da pasto con elevate qualità nutritive, il caciocavallo Silano DOP è utilizzato in molte preparazioni gastronomiche, soprattutto abbinato a carni rosse e funghi, ma risulta ottimo anche cotto sulla piastra. Infine, anche qui in chiusura, impossibile non citare gli oli pugliesi come l'Olio Dauno DOP, tipico della provincia di Foggia da consumare rigorosamente anche questo a crudo per poterne apprezzare a pieno tutte le sfumature di sapori. Posto d'onore in classifica per il pane d'Altamura DOP, prodotto di punta pugliese, di solito utilizzato nelle bruschette o in ricette più tradizionali e particolari come le "cialde" con pomodori, cipolle, patate e olive o la "fetta francesca" preparata con il Pane di Altamura DOP raffermo e tagliato a fette, bagnato con latte e arricchito con mortadella, formaggio, mozzarella e uova per poi essere infornato.

Spostandoci leggermente a sud ci avviciniamo alla Basilicata. Regione spesso e purtroppo dimenticata la Basilicata offre scenari naturalistici mozzafiato con una serie di parchi naturali incredibili come il Parco del Vulture e altrettante oasi e riserve naturali all'interno delle quali si possono ammirare fauna e flora locali. Famosissimo prodotto IGP lucano è la salsiccia Lucanica di Picerno DOP. Dal colore aranciato e dal sapore piccante questo prodotto è un po' la bandiera della regione: una peculiare forma ad U, si consuma sia come affettato (più sottile) che tagliata a mano in modo più grezzo, spesso negli aperitivi. Particolare è il suo sapore speziato di inocchio e pepe (che ricorda la Finocchiona Toscana IGP) è un ingrediente cardine nella realizzazione di molte ricette tradizionali lucane, si può consumare sia come antipasto con altri salumi e formaggi locali, sia come elemento centrale di sughi o pietanze, magari in combinazione con legumi e prodotti dell'orto.

Tipica di Potenza è invece la Melanzana Rossa di Rotonda IGP, particolarissima proprio perché molto somigliante ad un pomodoro per via del colore atipico, caratterizzata da un gusto piccante, con un retrogusto amarognolo sul finale. Viene consumata frita e aromatizzata con menta e aglio oppure abbinata al caciocavallo podolico per condire fusilli o anche mescolata alla salsiccia in strepitose polpette. Si possono utilizzare anche le foglie, che sono più tenere rispetto a quelle delle altre varietà di melanzana e molto diverse nella forma e nelle dimensioni. Infine, tipicamente lucana è la Mozzarella di Gioia del Colle DOP, prodotta al confine con la Puglia. Tipico è il sapore lievemente acidulo di questo formaggio.

Chiude il giro a Sud dello Stivale, la Calabria. Anche qui acque cristalline da far invidia ai mari tropicali come la spiaggia di San Nicola Arcella vicino Cosenza o l'Isola di Capo Rizzuto a Crotone per non parlare dello splendido comune di Tropea. Ed è proprio Tropea ad offrire uno dei prodotti gastronomici certificati più famosi in Italia: le cipolle rosse IGP, prodotte sia qui, nella zona di Vibo Valentia che nell'area di Cosenza. Si tratta di un prodotto particolarmente apprezzato per la dolcezza dell'aroma, infatti, viene spesso consumata cruda o in abbinamento a formaggi e insalate o anche per la realizzazione di frittate, per non parlare della tipica confettura di cipolle rosse abbinata spessissimo a carni e formaggi particolarmente saporiti. A proposito di carni: in Calabria da provare per gli amanti dei salumi anche il Capocollo di Calabria DOP caratterizzato dal colore rosso vivo e dalla facilità al taglio si consuma a fettine sottili oppure a tocchetti. È tipicamente consumato come antipasto o come spuntino, con il tradizionale pane locale a lievitazione naturale, cotto nel forno a legna. Il gusto è esaltato dall'abbinamento con vini rossi ben strutturati. Infine, chiude il nostro viaggio tra i sapori calabresi un frutto, il fico di Cosenza DOP con la sua forma a goccia e il colore beige, adatto agli amanti del dolce dato il suo sapore quasi stucchevole per i palati non abituati. Finisce qui il piccolo tour gastronomico alla ricerca dei prodotti certificati che alimentano la fiamma del turismo enogastronomico italiano nel Sud. Ci prepariamo a concludere definitivamente questo viaggio nelle isole.

*Il valore economico delle produzioni certificate ha toccato i 16,6 miliardi di euro nel 2020, in lieve calo (-2,0%) rispetto all'anno precedente. L'area del Nord-Est racchiude oltre la metà (53%) del valore nazionale, mentre l'Italia meridionale è l'unica a registrare performance positive sul 2019 (+7,5%).*

*(Ismea-Qualivita, 2022).*

Un ulteriore elemento connotante la produzione agroalimentare italiana risiede nell'elevata propensione all'utilizzo di metodi di coltivazione biologici.

RAPPORTO SUL TURISMO  
ENOGASTRONOMICOMI ITALIANO



## LE ISOLE

### *Sicilia e Sardegna: la bontà a pochi chilometri di traghetto*

---

Luoghi che riescono a dividersi tra la bellezza naturale e il turismo di massa, le isole italiane sono anche mete ambite in fatto di cibi certificati. La Sicilia passa dall'offrire città estremamente turistiche come Taormina e Mondello a minuscoli paesini dell'entroterra in cui è possibile assaggiare bontà locali e ammirare come si svolge effettivamente una vita più lenta passata a tu per tu con la natura. A proposito di prodotti certificati impossibile non citare gli agrumi siciliani, in particolare il limone dell'Etna IGP. Questo limone è caratterizzato da una buccia di colore giallo-verde irregolare e un succo dal colore giallo citrino. Può essere consumato fresco o essere utilizzato per la preparazione di numerose ricette, come condimento aromatizzante o come base per la preparazione di granite, gelati, dolci e bevande. Un uso tipico del suo succo si trova nella tradizionale bevanda del litorale catanese Seltz, limone e sale. Tipico delle isole di Lipari, Vulcano, Filicudi, Stromboli e Alicudi è il capperone delle Isole Eolie DOP, dalla forma sferica e leggermente piatta di colore tendente al senape con striature violacee e dal sapore intenso e pungente. È un ingrediente fondamentale della cucina mediterranea in primi piatti e in secondi a base di carne e di pesce, a cui si abbinano vini del territorio come la Malvasia delle Lipari DOP.

Ultima regione a chiudere questo viaggio nella storia e nella tradizione dei sapori italiani è la Sardegna. Impossibile non iniziare parlando proprio del pecorino sardo DOP un formaggio a pasta bianca, tendente al paglierino con l'avanzare della stagionatura. La crosta del pecorino è liscia, sottile e di colore bianco o paglierino tenue per il formaggio Dolce, più consistente e dal colore tendente al bruno con l'avanzare della stagionatura per il tipo Maturo. Il gusto è dolce-aromatico o leggermente acidulo per il tipo Dolce, mentre diventa forte e gradevolmente piccante se maggiormente stagionato. I modi d'impiego in cucina variano a seconda del tipo di formaggio utilizzato: il Dolce è consumato come formaggio da tavola, servito a scaglie con verdura fresca, oppure come secondo piatto con uva e pere mentre il Maturo è ideale a fine pasto, accompagnato con pane all'olio e pinoli, oppure grattugiato. Un prodotto meno conosciuto è invece lo zafferano di Sardegna DOP. Siamo abituati a pensare immediatamente a Milano quando si parla di zafferano e invece questa particolare varietà è proprio di provenienza sarda. Nella cucina sarda questa spezia è usata in molte ricette: nella fregua o fregola (simile al cous-cous), nei mallorreddus un tipo di pasta che ricorda gli gnocchetti rigati oppure nel ragù, nelle minestre e anche nelle pardulas dei tipici dolci pasquali della tradizione.



L'ultimo prodotto DOP che rappresenta il cuore della gastronomia sarda è l'olio di Sardegna DOP extravergine d'oliva dal gusto intensamente aromatico che lo rende ideale in abbinamento a crostini di fegato, carni rosse grigliate, zuppe e salse.

Si chiude sulla Sardegna il nostro viaggio alla scoperta dei prodotti alimentari certificati, una passeggiata panoramica che ha permesso di scorgere solo alcune delle centinaia di altre bontà prodotte nel nostro paese.

Il turismo sostenibile in quest'ottica è un baluardo di difesa della tradizione enogastronomica perché è proprio a causa della sua tendenza a voler implementare e pubblicizzare le bellezze anche alimentari dell'Italia che queste piccole perle riescono ad essere tutt'oggi conosciute e consumate dai turisti, grazie alla volontà di inserire nei menù di alberghi e strutture extra alberghiere proprio prodotti tipici o ricette antiche che rendano il turista molto più consapevole anche dal punto di vista alimentare.

**...termina il viaggio nell'Italia dei sapori.**

---

**L'Italia**

**morso dopo morso:**  
un viaggio gustoso alla scoperta  
dei sapori

---

I prodotti di eccellenza italiani sono frutto di tradizioni, territori e comunità agricole, e rappresentano un punto di forza sul piano dell'economia locale e per il made in Italy nel mondo.

Il sistema agroalimentare dell'Italia va accompagnato per tutelare la qualità e l'eccellenza che lo contraddistinguono.

La sostenibilità, anche in questo contesto, rappresenta la chiave di volta del settore agroalimentare del futuro.

*The Green Goal*

---



WWW.THEGREENGOAL.COM

