



Camera di Commercio Roma
in collaborazione con
ARM - Azienda Romana Mercati

via de' Burrò, 147
00186 Roma
Tel. +39 06.69792401
Fax +39 06.6794845
www.romaincampagna.it

IL GUSTO E LA TRADIZIONE DI ROMA

La storia alimentare di Roma e del suo territorio ha radici antichissime e numerose sono le testimonianze presenti nel patrimonio culturale del nostro paese che consentono una lettura della tradizione gastronomica locale nell'arco dei secoli per apprezzare gli elementi di continuità con il presente o individuare possibili percorsi di recupero di prodotti e ricette.

Esistono almeno tre grandi filoni gastronomici che possono essere riportati a una tradizione genuinamente di Roma e del suo territorio. Queste tre matrici sono la cucina del "quinto quarto" della bestia da macello tipica del quartiere Testaccio, la cucina raffinata ed ingegnosa romano-giudaica del Ghetto e quella dei quartieri periferici e delle campagne dei Castelli. Una cucina quindi di estrazione popolare derivante dalla commistione di costumi ed usi di genti diverse che, convivendo nei secoli, hanno prodotto una tradizione gastronomica complessa nella sua apparente semplicità, saporitissima, aggressiva, policroma e soprattutto, rusticana.

Ma la tradizione culinaria di Roma e del suo territorio si fonda sull'utilizzo delle materie prime, ovvero del paniere di prodotti tipici romaneschi che offrono una testimonianza attuale di una cultura e sapori secolari.

I prodotti tipici della Campagna Romana, provengono da 121 comuni della Provincia di Roma, ciascuno con la propria storia e con le proprie tradizioni agroalimentari. Dei 175 prodotti romani iscritti nell'elenco regionale, alcuni hanno già ottenuto o hanno avviato l'iter per l'ottenimento della Denominazione di Origine Protetta (DOP) o dell'Indicazione Geografica Tipica (IGP); altri sono conosciuti come prodotti tradizionali ossia trasmessi di generazione in generazione attraverso l'uso della memoria, tipico della civiltà contadina; altri ancora sono ritenuti prodotti locali trovando la propria specificità nell'intimo legame con un particolare territorio che conferisce loro caratteristiche uniche e non assimilabili alle produzioni di altre aree. Questi prodotti sono, quindi, tutti caratterizzati da una tipicità che deriva loro da una peculiarità di processo e di area di produzione.

La gamma delle eccellenze della Campagna Romana si presenta con tutte le sue specificità al Salone del Gusto di Torino, attraverso un ricchissimo calendario di iniziative e di eventi che non mancheranno di stupire professionisti ed appassionati.

Toni De Amicis
Componente Giunta Camera di Commercio Roma
Presidente ARM - Azienda Romana Mercati

LA CAMERA DI COMMERCIO DI ROMA AL SALONE DEL GUSTO DI TORINO

IL GUSTO DI ROMA

Il paniere dei prodotti agroalimentari di eccellenza di Roma e la cucina romanesca si presentano al Salone del Gusto di Torino.

Più di 250 specialità alimentari, oltre 90 produttori, una incredibile gamma di proposte gastronomiche, 26 degustazioni offerte ad un pubblico professionale e di amatori della buona tavola arricchiscono il nutrito programma che, nelle cinque giornate della manifestazione, si articola in nove grandi temi. Questo il dettaglio delle attività:

1. La mostra mercato del **Presidio del Caciofiore della Campagna Romana** con la partecipazione dell'associazione dei formaggi storici della campagna romana (presso il padiglione dei presidi)
2. Il **Banco di Assaggio** degli oli extra vergine di oliva selezionati nel Concorso Regionale per i migliori oli extra vergine di oliva del Lazio promosso da Unioncamere Lazio.
3. Il **Desk informativo del portale www.romaincampagna.it**, per l'enoturismo di qualità, con la presentazione delle proposte turistiche enogastronomiche delle imprese della campagna romana.
3. L'organizzazione dell'**Isola del Gusto di Roma** con il programma delle degustazioni guidate.
4. La **Giornata Gastronomica Romanesca** con la partecipazione degli chef Paolo Cacciani e Simone Panella, che interpreteranno alcuni classici della tradizione gastronomica romana con un pizzico di creatività e fantasia. Ospite in occasione del pranzo, lo chef Jannie Wee che presenterà un piatto tipico malese confrontandosi con materie prime locali.
5. La Presentazione del **Presidio internazionale del pepe di Rimbis-Sarawak**. Il Presidio, lanciato dalla Fondazione Slow Food per la Biodiversità e dalla Camera di Commercio di Roma, è realizzato attraverso il Progetto P.I.P.E.R che coinvolge produttori, artigiani e ristoratori romani nella scelta, per le proprie realizzazioni, di questa varietà di pepe che è considerato uno dei migliori del mondo.
6. La presentazione del progetto **Breakfast Roma** per l'introduzione nei migliori alberghi della capitale di una prima colazione tipicizzata con prodotti della tradizione locale.
7. La presentazione al pubblico della linea di **Prodotti Funzionali della Campagna Romana** (prodotti senza glutine, oli ad alto tenore di antiossidanti, prodotti caseari con alto tenore di LCA)
8. Il **Laboratorio del Gusto Slow Food** sul **Caciofiore della Campagna Romana**.

Il programma del Gusto di Roma è completato dalla distribuzione di un libro di ricette tra tradizione ed innovazione che sarà distribuito presso l'Isola del Gusto.

La realizzazione è curata dalla Camera di Commercio di Roma - Area Promozione e Sviluppo, dalla Azienda Speciale ARM - Azienda Romana Mercati e dall'Azienda Speciale PROMOROMA, in collaborazione con l'ARSIAL e la Regione Lazio.

1. IL PRESIDIO DEL CACIOFIORE DELLA CAMPAGNA ROMANA



Il Cacio dei Romani

"Conviene coagulare il latte con caglio di agnello o di capretto, quantunque si possa anche rapprendere con il fiore di cardo silvestre o coi semi del cartamo o col latte di fico" così affermava nel 50 d.C. lo scrittore latino Columella nel suo "De Re Rustica". Tra gli antenati del Pecorino Romano citati da Columella c'era anche il caciofiore, realizzato immergendo nel latte ovino crudo, intero, il caglio ottenuto dal fiore di cardo selvatico raccolto nel periodo estivo. La preparazione del caglio vegetale non è complessa: i fiori di cardo selvatico (*Cynara cardunculus cardunculus*) devono essere raccolti in giornate soleggiate e secche quando sono completamente fioriti e hanno una colorazione viola intenso. Dopo l'essiccazione al buio per 15-20 giorni, si sfilano gli stami che si conservano poi sottovuoto. La preparazione del caglio avviene facendo macerare gli stami in acqua (per un quintale di latte si preparano 60-80 grammi di stami messi a macerare in 800 ml di acqua per 24 ore). Il macerato viene filtrato ed è pronto per essere aggiunto, in infusione, al latte. Grazie all'azione proteolitica degli enzimi del fiore, dopo circa 60-80 minuti avviene la coagulazione del latte. Si procede quindi alla prima rottura della cagliata in cubetti seguita, dopo 15-20 minuti, da una seconda rottura. La cagliata così ottenuta si adagia nelle fuscelle quadrate per far spurgare il siero. Il giorno seguente, si sala a secco con sale marino e si trasferisce nel locale di stagionatura per un periodo di minimo 30 giorni. Il formaggio così ottenuto ha la forma di una mattonella di circa 10 centimetri di lato, con uno scalzo convesso di 4-5 centimetri, il peso è intorno ai 400 grammi. La crosta grinzosa e giallognola racchiude una pasta morbida e compatta con lievi occhiature e un cuore di sorprendente delicatezza ed armonia. Il profumo è profondo e ricco con sentori di carciofo e verdure di campo, soprattutto nelle stagionature più lunghe. Il sapore è intenso, non salato, lievemente amaro, avvolgente e con una nota grassa equilibrata. La produzione avviene solo da ottobre a giugno.

Il Presidio

Nella campagna romana, dove il cardo selvatico ha il suo habitat naturale, cinque produttori ne utilizzano il "fiore", opportunamente raccolto ed essiccato, come caglio e ripropongono pecorini a latte crudo dal sapore antico. Ogni azienda dedica un piccolo fazzoletto del proprio terreno alla coltivazione del cardo da cui si ottengono i fiori necessari per la caseificazione. Il Presidio intende sostenere questo progetto di recupero che è nato in seguito ad un lavoro di ricerca storica e di sperimentazione dell'ARM - Azienda Romana Mercati, l'Azienda Speciale della Camera di Commercio di Roma per il settore agroalimentare, con la collaborazione tecnica dell'ANFOSC (Associazione Nazionale Formaggi Sotto il Cielo). I produttori del Presidio allevano pecore prevalentemente di razza Sarda e Comisana, con una presenza minima di Meticce, Massesi e Sopravvissane, che vengono lasciate libere di pascolare nell'agro romano intorno alla capitale dove, come ai tempi della transumanza, vengono fatte svernare prima di trasferirsi in estate, sulle montagne dell'Abruzzo o del Terminillo.

2. BANCO DI ASSAGGIO DEGLI OLI EXTRA VERGINE DI OLIVA



Gli oli extra vergine e DOP selezionati nell'ambito del Concorso Regionale per i migliori oli extravergine di oliva del Lazio saranno presenti in un banco d'assaggio appositamente allestito all'interno dell'Isola del Gusto, lo spazio della Camera di Commercio di Roma dedicato alle degustazioni guidate.

Nel banco di assaggio saranno esposti e presentati al pubblico da esperti assaggiatori, che ne illustreranno le caratteristiche anche gli oli extra vergine DOP Sabina delle aziende aderenti alla Strada dell'Olio della Sabina. Si potranno assaggiare così gli oli di circa 30 tra le migliori aziende del Lazio.

Sarà anche possibile usufruire di un servizio di prenotazione del prodotto: le richieste da parte di potenziali acquirenti saranno raccolte dal nostro personale ed inviate ai rispettivi produttori i quali si impegnano ad evadere l'ordine, occupandosi direttamente di contattare l'acquirente.

3.ROMAINCAMPAGNA.IT

IL PORTALE DELLA CAMERA DI COMMERCIO DI ROMA PER IL TURISMO ENOGASTRONOMICODI QUALITA'

"Romaincampa" il portale voluto dalla Camera di Commercio di Roma e realizzato da ARM - Azienda Romana Mercati, Azienda Speciale della stessa CCIAA per lo sviluppo del settore agroalimentare, per fornire al turista un utile punto di riferimento per accedere alla ricchissima offerta di servizi e prodotti presentati dalle aziende della campagna romana.

Agriturismo, itinerari a tema, fattorie didattiche, prodotti tipici e ricette tradizionali ci sono tutti gli ingredienti per soddisfare i palati più esigenti in fatto di escursioni, viaggi, enogastronomia. Tutte le aziende presentate e la gamma di prodotti proposti hanno infatti preso parte ai programmi di sviluppo e miglioramento promossi dalla Camera di Commercio per favorire la crescita qualitativa del tessuto imprenditoriale e produttivo della provincia di Roma.

a) COSA OFFRE:

Il percorso si snoda attraverso quattro diverse sezioni che propongono altrettante chiavi di lettura per guidare il visitatore nel suo viaggio in campagna:

- **Scoprire la campagna Romana:** gli itinerari storici, le strade del vino, dell'olio e dei prodotti tipici, le aziende agrituristiche, la natura incontaminata dei parchi e delle riserve per **scoprire il territorio**;
- **Mangiare romanesco:** scoprire il Marchio Campagna Romana, i prodotti tipici, con informazioni utili sulle caratteristiche, sulla stagionalità e sulle possibilità di acquisto direttamente dal produttore, in azienda o nei mercati rionali e... per finire le ricette della cucina romanesca per gustare i prodotti secondo tradizione.
- **Imparare in campagna:** dal momento che non è mai troppo presto per formare un consumatore attento e consapevole, ai bambini (e non solo) sono riservate le proposte di imparare in campagna con le fattorie didattiche e l'A,B,C della campagna romana
- **Le proposte della Campagna Romana:** completano il quadro, le proposte per escursioni a piedi, in bici, a cavallo, e per gli appassionati della pesca ed il calendario degli eventi consigliati, naturalmente con un occhio al **meteo** per essere sicuri di trovare il sole. Ed ancora le **proposte delle aziende** che vi offriranno la più grande varietà servizi e idee per organizzare il tempo libero: pacchetti per il weekend romantici, per famiglie, all'insegna della natura, dello sport o del cibo di qualità.

Corsi di cucina, maneggi, degustazioni guidate, e tutto quello che la creatività e la professionalità delle aziende ed il fascino dei territori vi potranno offrire.

b) COSA OFFRIRÀ:

La mission del portale è quella di fornire sempre maggiori servizi sia all'utente che alle aziende che ne fanno parte. Una newsletter ricca di contenuti e proposte viene inviata a tutti gli appassionati enoturisti registrati; tra le novità, in fase di ultimazione la sezione dedicata alle prenotazioni online per gli agriturismi. **I contenuti, già disponibili in inglese e tedesco**, verranno tradotti anche in spagnolo.

c) TARGET:

La varietà di offerta di contenuti del portale - in costante e continuo aggiornamento - ha l'obiettivo di fornire una panoramica più completa possibile di tutti gli aspetti che rendono un territorio

affascinante ed attrattivo in termine di flussi turistici: l'aspetto storico/culturale, folcloristico, quello didattico, le infrastrutture e le strutture ricettive. Ma c'è anche l'ambizione di soddisfare le curiosità relative ad un territorio, e semmai di stimolarne di nuove.

Operatori turistici italiani e stranieri, turisti del weekend, italiani, ma anche inglesi e tedeschi.

d) COLLABORAZIONE CON I PIT - PUNTI INFORMATIVI TURISTICI DEL COMUNE DI ROMA

Spunti di strumenti e modalità per promuovere l'offerta turistica della provincia di Roma, ad integrazione dell'offerta della realtà metropolitana, per presentare un'immagine compatta e coordinata di un territorio così vasto:

- **Pc collegati in rete a disposizione dei turisti per navigare ed effettuare ricerche su www.romaincampagna.it**
- Distribuzione di brochure/materiale promozionale in italiano e inglese, e ristampa del materiale in collaborazione con il Comune di Roma
- Personale a disposizione presso gli uffici dell'ARM - Azienda Romana Mercati per informazioni e suggerimenti ai turisti e agli operatori professionali
- In previsione, realizzazione di una linea di gadget per una promozione ancora più efficace di romaincampagna.it



www.romaincampagna.it

Per informazioni: posta@romamercati.com

4. ISOLA DEL GUSTO DI ROMA

Programma degustazioni

GIOVEDÌ 26 OTTOBRE 2006

- ore 13,00: Nobili uve e antiche forme : Caciopfiore della Campagna romana e Pressato a mano, Caciocavallo stagionato in grotta, Gran cacio di Morolo.
Abbinamento: Bombino - Cesanese del Piglio, Passerina
- ore 15,00: Breakfast Roma : prodotti romani per la prima colazione
- ore 17,00: Dolcizie popolari: Ciambelle al vino, Pan Giallo, Tozzetti viterbesi e Amaretto di Guarcino.
Abbinamento: Malvasia e Moscato
- ore 18,00: Extravergini nell'orto : Olio extravergine di oliva Sabina DOP con Carote di Fiumicino, Finocchio di Tarquinia, Sedano bianco di Sperlonga e varietà di Pani (Lariano, Casereccio di Genzano IGP, Montelibretti).
Abbinamento: Malvasia e Bellone
- ore 19,00: Salumi d'altri tempi : Salami della Tuscia, Lardo di San Nicola, Coppa di Testa e Mazzi ripieni con Pane di Lariano.
Abbinamento: IGT Lazio Rosso - Frascati DOC
- ore 20,30: Viaggio alla scoperta della porchetta: la porchetta di Ariccia, di Poggio Bustone, e quella Viterbese.
L'abbinamento enologico della giornata sarà sul tema: "Uve autoctone ritrovate" Vini di apprezzate cantine del Lazio prodotti con varietà storiche quali il Bombino bianco, Bellone, Malvasia puntinata, Trebbiano giallo, Cesanese.

VENERDÌ 27 OTTOBRE 2006

- ore 11,30: Buone abitudini alimentari: Pizza Bianca Romana con Ricotta Romana DOP, mieli e confetture.
- ore 12,30: Delizie norcine: Coppa di testa, Porchetta Castellana, Coppiette della Maremma, Coppietta Viterbese con Pane di Lariano.
- ore 13,30: Extravergini nell'orto: Olio extravergine dei Castelli Romani, Monovarietali (Itrana, Salviana, Carboncella, Sirole) con Finocchio di Tarquinia, Lenticchia di Onano, Sedano bianco di Sperlonga e varietà di pani caserecci.
- ore 15,00: Zero Glutine: selezione di prodotti da forno per celiaci
- ore 17,00: Storie dolciarie: Giglietti di Sermoneta e Priverno, Pan Giallo, Pupazza Frascatana al miele e Serpette, Amaretti di Guarcino, Crema di nocciole.
- ore 18,00: Il formaggio "quotidiano": Primo sale, Caciotta, Giuncata, Marzolina del Frusinate, Caciottina conciata di S.Vittore, Ricotta secca della Val Comino e Pane casereccio di Genzano IGP.
- ore 19,00: Le conserve del gusto: Carciofi, Zucchine, Fagiolo Cannellino di Atina, Peperone di Pontecorvo, Olive di Gaeta ed altre prelibatezze in barattolo con pani caserecci.

- ore 20,30:** Pepper, Pepe, P.I.P.E.R.: Salumi e formaggi tipici di produzione artigianale, realizzati con il Pepe di Rimbàs (Malesia), nuovo Presidio Slow Food sostenuto dalla Camera di Commercio di Roma, con pani caserecci.
L'abbinamento enologico della giornata sarà realizzato con il "Consorzio Tutela Denominazione Frascati", celebrando il 40° anniversario della omonima DOC, attraverso la vasta compagine di produttori che oggi la rappresentano.

Tutte le degustazioni saranno accompagnate da Frascati Doc Superiore ad eccezione della "Storie dolciarie" in cui saranno presenti i Frascati DOC Cannellino.

SABATO 28 OTTOBRE 2006

- ore 11,30:** Fragranze suine: Salumi aromatizzati e Salumi della Tuscia con il Pane di Tolfa.
ore 12,30: Buone abitudini alimentari: Pizza Bianca Romana con Ricotta Romana DOP, mieli e confetture.
ore 13,30: Extravergini nell'orto: Oli extravergine delle Terre Tiburtine con Carote di Fiumicino, Finocchio di Tarquinia, Sedano bianco di Sperlonga e varietà di Pani caserecci.
ore 15,00: Breakfast Roma: prodotti romani per la prima colazione
ore 17,00: I dolci del momento: Ciambella al Mosto, Biscotti della sposa, Pan Pepato (con pepe del Presidio Slow Food), Ciambella Ciociara e Crostatine di Visciole di Sezze.
ore 18,00: Sapori nel gelo: Varietà di gelati artigianali alla Ricotta di pecora, Kiwi, Miele, Latte di Bufala, Olio Extravergine di Oliva DOP e Sorbetto alla Birra.
ore 19,00: I gioielli del casaro: Forme di Pecorini al Pepe del Presidio Slow Food e Stagionati in grotta accompagnati da Mieli pregiati e pani caserecci.
ore 20,30: Degustazione didattica di selezionati Oli extravergine di oliva regionali, guidata da esperti assaggiatori, per conoscere le principali cultivar e denominazioni del Lazio.

L'abbinamento enologico della giornata sarà realizzato con la "Strada dei vini dei Castelli Romani", attraverso una curata selezione di vini del territorio, dedicati alle pietanze proposte.

DOMENICA 29 OTTOBRE 2006

- Ore 11,30:** Extravergini nell'orto: Oli extravergini di oliva monovarietali (Itrana, Carboncella, Caninese, Salviana, ecc.) con Carote di Fiumicino, Finocchio di Tarquinia, Sedano bianco di Sperlonga e varietà di pani caserecci.
Ore 12,30: Nobili uve e antiche forme: Caciofiore della Campagna romana e Pressato a mano con uve autoctone regionali e pani caserecci.
Abbinamento: Marino DOC Superiore - Velletri DOC Superiore - Cesanese del Piglio DOC
ore 13,30: Sapori nel gelo: Varietà di gelati artigianali alla Ricotta di pecora, Kiwi, Miele, ecc.
ore 15,00: Pepper, Pepe, P.I.P.E.R.: Salumi e formaggi tipici di produzione artigianale, realizzati con

il Pepe di Rimbàs (Malesia) , nuovo Presidio Slow Food sostenuto dalla Camera di Commercio di Roma, con pani caserecci.

Abbinamento: Castelli Romani DOC Rosso - Velletri DOC Rosso - Circeo Rosso DOC

ore 17,00: Dolcezze popolari: Ciambelle al vino, Brutti e buoni, Tozzetti viterbesi, Torroncino di Alvito, Biscotti al miele.

Abbinamento: Frascati DOC Cannellino - Moscato di Terracina

ore 18,00: Sei proprio un bel salame!: Corallina, Mortadella romana, Mortadella Viterbese, Salami cotti e aromatici con varietà di pani caserecci.

Abbinamento: Zagarolo DOC Superiore - Cesanese di Olevano Romano DOC

ore 19,00: Le conserve del gusto: Carciofi, Zucchine, Fagiolo cannellino di Atina, Peperone di Pontecorvo, Olive di Gaeta ed altre prelibatezze in barattolo con pani caserecci.

Abbinamento: Montecompatri DOC Superiore

ore 20,30: Pecorini a confronto: Romano DOP, di Picinisco, della Sabina, di Amatrice, in grotta del viterbese accompagnati da mieli pregiati

L'abbinamento enologico della giornata sarà sul tema: "Le DOC della Campagna Romana" e del Lazio. Selezione di apprezzate cantine della Provincia di Roma e del Lazio legate alle storiche denominazioni di territorio.

LUNEDÌ 30 OTTOBRE 2006

ore 11,30: Extravergini nell'orto: Confronto tra Oli Extravergine della Campagna Romana con Finocchio di Tarquinia, Sedano bianco di Sperlonga e varietà di pani caserecci.

Abbinamento: Malvasia, Moscato

ore 12,30: I gioielli del casaro: Varietà di Pecorini al Pepe della Malesia e stagionati in grotta accompagnati da Mieli pregiati e pani caserecci.

ore 13,30: Le conserve del gusto: Carciofi, Zucchine, Fagioli cannellini di Atina, Peperone di Pontecorvo, Olive di Gaeta ed altre prelibatezze in barattolo con pani caserecci.

Abbinamento: Frascati DOC Superiore, Cori DOC

ore 15,00: Zero Glutine: selezione di prodotti da forno per celiaci

ore 17,00: Dolcezze del forno: Amaretti di Guardino, Tozzetti Viterbesi, Pan Giallo, Serpette all'uovo, Biscotti al Miele.

Abbinamento: Frascati DOC Cannellino, IGT Lazio dolce

ore 18,00: Fragranze suine: Varietà di salumi artigianali affumicati e piccanti con Pani caserecci.

Abbinamento: IGT Lazio Rosso

*L'abbinamento enologico della giornata sarà sul tema: "Vini da Agricoltura Biologica"
Vini di apprezzate cantine dei Castelli Romani prodotti con varietà storiche allevate nel rispetto delle norme della viticoltura biologica.*

5. IL GUSTO DI ROMA

GIORNATA DI GASTRONOMIA ROMANESCA

DOMENICA 29 OTTOBRE 2006 - RISTORANTE REGIONE LAZIO

ore 12,00: Presentazione **Progetto P.I.P.E.R. - Presidio internazionale del pepe**

ore 13,00: Il Gusto di Roma - Attualità e tradizione.

Pranzo con **Paolo Cacciani - Ristorante Cacciani di Frascati**

"Nonno Leopoldo stappò la prima bottiglia per inaugurare il ristorante "Cacciani" nel 1922.

Passando attraverso la generazione di Armando e Tommaso, figli di Leopoldo, oggi continuano la tradizione, seguendo la cadenza stagionale delle primizie, Leopoldo, Caterina e Paolo.

Piatti storici, dunque ma anche quelli di una nuova cucina creativa rigorosamente realizzata con i prodotti del territorio e le primizie del mercato. La cantina è arricchita da vini dei Castelli Romani provenienti dai più antichi vigneti, etichette di grandi produttori nazionali ed esteri mentre nella grotta secolare sottostante il locale, maturano le romanelle.

Al Salone del Gusto Paolo presenterà il cavallo di battaglia del suo locale, la famosa pasta cacio e pepe, resa ancora più gustosa dal pepe nero di Rimbàs del Presidio Slow Food."

IL MENÙ

Antipasto:

Fantasia di ortaggi romaneschi e crema di marroni in spuma

Primi piatti:

Cacio e pepe

Zuppa di cicerchie, baccalà e maltagliati di ceci

Secondi piatti:

Abbacchio disossato e ramoracce

Involentino alla zagarolese

Dolce:

Torta di pere e nocciole al mistrà con crema calda

E dalla Malesia arriva anche **Jannie Wee** proprietaria e chef dell'Health Paradise Café, ristorante dove si servono piatti a base di prodotti biologici rigidamente selezionati, che coniugherà il pepe nero con i prodotti tipici del territorio della campagna romana per dar vita ad un piatto della propria tradizione.

ore 19,30: Presentazione edizione 2006-7 **Premio Giornalistico "Roma e il suo vino"**

ore 20,30: Nel cuore della tradizione gastronomica romanesca.

Cena con: **Simone Panella - Ristorante Antica pesa di Roma**

"Nel '600 a Trastevere c'era il posto di dogana dello Stato Pontificio che riscuoteva le tasse sul grano; l'antico doganiere decise di istituirci anche una sorta di posto di ristoro che forniva pane e vino ai numerosi contadini che frequentavano la dogana. Ecco spiegato il curioso nome "Antica Pesa". I giovani titolari, eredi di una lunga tradizione familiare, prestano particolare cura

all'immagine del ristorante in un'ottica di qualità globale, coniugando l'aspetto gastronomico e quello estetico. Piatti della tradizione rivisitati con una attenta cura alle materie prime, da gustare ammirando anche i numerosi dipinti che affrescano il salone, opera di artisti ormai affermati che, agli inizi della carriera, traevano ispirazione dalle particolari atmosfere che da sempre regala il più caratteristico dei quartieri di Roma.

Al Salone del Gusto Simone Panella presenterà la propria interpretazione di alcuni capisaldi della tradizione romanesca.”

IL MENÙ

Antipasto:

Tortino di carciofi con pesto di verdure

Cicoria ripassata in padella con blinis di farro

Primi piatti:

Le due Amatriciane

Zuppa di cicerchie, baccalà e maltagliati di ceci

Secondi piatti:

Coda alla vaccinara

Baccalà alla romana

Dolce:

Torta romana con ricotta e cioccolato amaro

6. PRESIDIO INTERNAZIONALE DEL PEPE DI RIMBAS (SARAWAK)



Progetto P.I.P.E.R. (il Pepe Ideale per i Prodotti di Eccellenza Romani)

Il pepe nero è forse la spezia più conosciuta ed utilizzata al mondo, patrimonio della cucina di popoli differenti e lontani, unico e diverso al tempo stesso. Rappresenta un quarto del commercio mondiale degli aromi, risultando così la spezia più importante da un punto di vista economico. Ciò nonostante, o forse proprio per questo, sono pochi i consumatori che conoscono l'origine del prodotto.

Originario del Sud Est asiatico il *piper nigrum* si diffuse in Malesia oltre duemila anni fa nella fertile zona del Sarawak (uno dei due stati malesi dell'isola del Borneo), dove ancora oggi circa tredici mila ettari sono coltivati a pepe. Rimbas è una zona interna, agricola e lontana da grandi centri abitati. Qui vivono gli Ibans, la popolazione nativa più numerosa del Sarawak che coltiva ancora la varietà locale di pepe nero detta Kuching. Il villaggio di Babu Sedebau è composto da dodici famiglie che vivono tutte sotto lo stesso tetto, nella caratteristica struttura su palafitte detta *longhouse*; ad ogni famiglia corrisponde una porta ed un appartamento, ma tutte si affacciano su una lunga veranda comune. Anche se non più in legno come un tempo le longhouse mantengono intatto il forte senso comunitario degli Ibans. È Tr. Nyuang, capo della comunità, a sancire il possesso della terra al primo che la coltiva, a controllare che il passaggio della terra di padre in figlio avvenga in modo corretto e che tutti i campi intorno alla longhouse siano coltivati, poiché è dovere di un buon Iban non lasciare incolta la terra. I campi di pepe sono piccoli (circa un ettaro con 200/300 piante) e i filari sono disposti su un dolce declivio, indispensabile per evitare l'eccesso di acqua nel terreno, causato dalle abbondanti piogge tropicali. La pianta ha la forma di un cespuglio e cresce intorno ad un palo di *ironwood (belian)*, il legno più duro e resistente in natura, l'unico in grado di reggere il clima equatoriale. I grani di pepe vanno raccolti quando dal verde iniziano a tendere al giallo paglierino, lavati in acqua e poi lasciati ad asciugare al sole.

Cos'è il progetto P.I.P.E.R.

La Camera di Commercio di Roma, da tempo impegnata in programmi di valorizzazione delle diverse filiere del settore agroalimentare, nell'ambito del progetto sperimentale "Piper" ha proposto ad alcune aziende produttrici che aderiscono ai percorsi di miglioramento delle produzioni locali, di utilizzare la varietà di pepe malesiano nel proprio ciclo produttivo.

Nel Presidio vengono così presentate diverse tipologie di prodotti del settore norcineria, caseario e dolciario per i quali è stata predisposta una scheda di presentazione completa delle diverse fasi di lavorazione, con particolare riferimento alla speziatura.

L'obiettivo è quello di coniugare l'esigenza di una produzione di eccellenza basata su materie prime locali che, tuttavia, possono fondersi con produzioni di nicchia provenienti da altri territori, in grado di esaltarne le caratteristiche sensoriali.

I PRODOTTI REALIZZATI CON IL PEPE MALESE

Prodotti presentati al Salone del Gusto:

Prodotti di norcineria:

Salame cotto
Paesanella
Salamella Romana
Coppa di testa

Prodotti dolciari:

Panpepato

Ricetta tradizionale romana:

Cacio e pepe

Formaggi e prodotti caseari:

Crema di latte al pepe
Caciotta genuina romana al pepe
Caciotta romana al pepe
Pecorino primo sale al pepe
Canestrato fresco al pepe
Ricotta al pepe

Le Aziende:

- Caseificio De Juliiis
- Azienda Agrituristica Acquaranda
- Cooperativa Agricoltura Nuova
- Azienda Agricola Pitzalis Sergio
- Cecchini Virgilio
- Forno Angelo Colapicchioni
- Ristorante Cacciani

Salame cotto

- Ingredienti:** tagli magri (polpa di spalla, prosciutto) di suino, macinati di media grandezza, sale, pepe nero, pistacchio, finocchio macinato. I lardelli, che compongono circa il 10% della massa, sono ricavati dal guanciale. La carne è di provenienza nazionale, di suino grasso macellato a circa 180-200 kg di peso vivo.
- La pezzatura più ricorrente, ovvero per il prodotto insaccato in budello naturale, è di diametro 6x4 cm, lunghezza 40-50 cm per un peso complessivo di 800 g-1kg. Il prodotto insaccato in budello sintetico presenta invece un diametro 8-9 cm circa ed una lunghezza intorno ai 60 cm per un peso complessivo di 3,5-4 kg.
- Tecnica:** l'impasto viene insaccato in budello naturale (gentile di maiale o bovino) o sintetico, poi è sottoposto a leggera affumicatura in armadietto per circa 48 ore, con lo scopo accessorio di diminuire l'umidità del composto, e quindi cotto in caldaia a 75/80°C per circa 3 ore (la temperatura interna dell'impasto deve raggiungere i 70°C). Il salame viene posto a sgocciolare e subito immerso in vasca di acqua gelata, per bloccare la carica batterica e distendere il budello. Poi viene stoccato in cella a 2/4°C. Per la migliore conservazione viene tagliato e confezionato sottovuoto in polietilene alimentare.

Uso: il salame cotto romano risale certamente ai primi del '900 ed è nato per facilitare la produzione di salumi a pronto consumo. Tradizionalmente è tipico della stagione invernale ed in particolare del periodo della lavorazione del maiale come la coppa e il sanguinaccio.

Speziatura: il pepe assume la doppia funzione di facilitare la conservazione del prodotto, diminuendo così l'impiego di conservanti, e di esaltarne la sapidità attraverso la speziatura.

Paesanella

Ingredienti: tagli magri (polpa di spalla, prosciutto) di suino, macinati medio-fini (piastra 8), sale, pepe nero, zucchero, finocchio selvatico. Il grasso è derivante dalla pancetta per circa il 15% della massa. La carne è di provenienza nazionale, di suino grasso macellato a circa 180-200 kg di peso vivo.

Si presenta in forma cilindrica, con diametro di circa 3 cm irregolare per circa 25-30 cm di lunghezza.

Tecnica: è insaccato in budello naturale di maiale e stagionato per circa 30 giorni, con una diminuzione di peso e umidità di circa il 25%.

Speziatura: il pepe assume la doppia funzione di facilitare la conservazione del prodotto, diminuendo così l'impiego di conservanti, e di esaltarne la sapidità attraverso la speziatura.

Coppa di Testa

Ingredienti: parti selezionate della testa del maiale (guancia, lingua, cotenna) e muscolo, pepe, scorza di limone. La carne è di provenienza nazionale, di suino grasso macellato a circa 180-200 kg di peso vivo.

Si presenta in forma pressoché rettangolare e con una pezzatura di 3-4 chili.

Tecnica: la testa ed il muscolo si mettono in caldaia a lessare per almeno 4 ore; successivamente si dissossano le teste e si tagliano a mano finemente. Si condisce poi il tutto con sale, pepe e scorza di limone. Il prodotto ancora caldo viene adagiato sotto una pressa che ne fa fuoriuscire il grasso ed i liquidi in eccesso. In ultimo, si fa raffreddare per circa un paio di giorni per poi poterlo porzionare a pezzi da circa 3-4 kg.

Speziatura: il pepe assume la doppia funzione di facilitare la conservazione del prodotto, diminuendo così l'impiego di conservanti, e di esaltarne la sapidità attraverso la speziatura.

Salamella Romana

Ingredienti: carne selezionata di suino magra, con preferenza spalla di maiale e pancetta ben sgrassata per il 20% dell'impasto. La speziatura è costituita formata da sale e pepe nero macinato. Si presenta nella classica forma a ferro di cavallo con un diametro di 4 cm circa ed un peso compreso tra 600 e 700 g. Il prodotto può essere sia dolce che

- Tecnica:** piccante (in quest'ultimo caso, si aggiunge peperoncino nell'impasto).
è insaccato in budello naturale bovino, ha una macinatura fine e si presenta come un prodotto magro. La stagionatura è di 40-45 giorni con una diminuzione di peso di circa il 25-30%.
- Speziatura:** il pepe assume la doppia funzione di facilitare la conservazione del prodotto, diminuendo così l'impiego di conservanti, e di esaltarne la sapidità attraverso la speziatura.

Caciotta genuina romana al pepe prodotta da latte ovino intero crudo

Ingredienti: latte di pecora crudo, pepe, sale, caglio di agnello.

Pezzatura: diametro 15-18 cm, scalzo 8 cm; sono possibili altre pezzature.

Peso medio: 1,2 kg.

Tecnica: il latte viene filtrato e posto nelle caldaie di coagulazione ad una temperatura di 39°C, viene poi aggiunto il caglio in pasta; una volta coagulato si procede con la rottura della cagliata, che viene rotta alla grandezza di una nocciola. Terminata la rottura della cagliata, la pasta viene estratta e mischiata con il pepe e posta negli stampi in camera calda a sgrondare il siero. Dopo circa 20 ore, si procede alla salatura in salamoia satura per circa 9 ore x kg. Si procede alla stagionatura da prima in locali non climatizzati per 15 giorni ed in celle climatizzate per altri 30 giorni. La caciotta al pepe può essere del tipo fresco (60-90 giorni), stagionato (90-180 giorni) o da grattugia (oltre i 6 mesi).

Speziatura: il pepe riduce la quantità di sale necessaria a garantire la conservazione del formaggio.

Caciotta genuina romana al pepe prodotta da latte ovino intero pastorizzato

Ingredienti: latte di pecora pastorizzato, pepe, sale, caglio di agnello, fermenti lattici.

Pezzatura: diametro 15-18 cm, scalzo 8 cm; sono possibili altre pezzature.

Peso medio: 1,2 kg.

Tecnica: il latte viene filtrato e pastorizzato ad una temperatura di 70°C per 15 secondi e posto nelle caldaie di coagulazione ad una temperatura di 39°C, si aggiungono i fermenti lattici e dopo circa 20 minuti si aggiunge il caglio in pasta. Una volta coagulato si procede con la rottura della cagliata, che viene rotta alla grandezza di una nocciola. Terminata la rottura della cagliata, la pasta viene estratta e mischiata con il pepe e posta negli stampi in camera calda a sgrondare il siero. Dopo circa 20 ore, si procede alla salatura in salamoia satura per circa 8 ore x kg. Si procede alla stagionatura da prima in locali non climatizzati per 15 giorni ed in celle climatizzate per altri 30 giorni. La caciotta al pepe può essere del tipo fresco (30-90 giorni), stagionato (90-180 giorni) o da grattugia (oltre i 6 mesi).

Speziatura: il pepe riduce la quantità di sale necessaria a garantire la conservazione del formaggio.

Canestrato fresco al pepe prodotto da latte ovino intero pastorizzato

Ingredienti: latte di pecora pastorizzato, pepe, sale, caglio di agnello, fermenti lattici.

Pezzatura: diametro 15-18 cm, scalzo 8 cm; sono possibili altre pezzature.

Peso medio: 1,2 kg.

Tecnica: il latte viene filtrato e pastorizzato ad una temperatura di 70°C per 15 secondi e posto nelle caldaie di coagulazione ad una temperatura di 39°C, si aggiungono i fermenti lattici e dopo circa 20 minuti si aggiunge il caglio in pasta. Una volta coagulato si procede con la rottura della cagliata, che viene rotta alla grandezza di una nocciola.

Terminata la rottura della cagliata, la pasta viene estratta e mischiata con il pepe e posta negli stampi in camera calda a sgrondare il siero.

Dopo circa 20 ore, si procede alla salatura in salamoia satura per circa 8 ore x kg. Si procede alla stagionatura da prima in locali non climatizzati per 15 giorni ed in celle climatizzate per altri 30 giorni.

Il canestrato al pepe può essere del tipo fresco (30-90 giorni), stagionato (90-180 giorni) o da grattugia (oltre i 6 mesi).

Speziatura: il pepe riduce la quantità di sale necessaria a garantire la conservazione del formaggio.

Caciotta romana al pepe prodotta da latte ovino intero crudo

Ingredienti: latte di pecora crudo, pepe, sale, caglio di agnello.

Pezzatura: diametro 18 cm, scalzo 12-13 cm.

Peso medio: 1,2 kg.

Tecnica: il latte viene filtrato e posto nelle caldaie di coagulazione ad una temperatura di 39°C, viene poi aggiunto il caglio in pasta; una volta coagulato si procede con la rottura della cagliata, che viene rotta alla grandezza di una nocciola.

Terminata la rottura della cagliata, la pasta viene estratta e mischiata con il pepe e posta negli stampi in camera calda a sgrondare il siero.

Dopo circa 10 ore, si procede alla salatura in salamoia satura per circa 8 ore x kg. Si procede alla stagionatura da prima in locali non climatizzati per 15 giorni ed in celle climatizzate per altri 30 giorni.

La caciotta al pepe può essere del tipo fresco (30-90 giorni), stagionato (90-180 giorni) o da grattugia (oltre i 6 mesi).

Speziatura: il pepe riduce la quantità di sale necessaria a garantire la conservazione del formaggio.

Ricotta al pepe

Ingredienti: siero di pecora, latte di pecora crudo, pepe.

Pezzatura: fuscelle tronco coniche.

Peso: fino a 2 kg.

Tecnica: il siero ovino, ottenuto dalla lavorazione del formaggio, viene lentamente riscaldato, rimescolando continuamente e delicatamente, fino alla temperatura di ebollizione. Raggiunti i 50-60°C si può aggiungere latte ovino (latte di arricchimento) fino al 15% del volume totale di siero. Il latte di arricchimento serve ad aumentare la resa e la cremosità della ricotta.

Il siero, senza aggiunta di correttori di acidità, viene riscaldato a 70-75°C e mantenuto in lieve agitazione. Il riscaldamento, che in genere avviene nelle stesse caldaie in cui si è prodotto il formaggio, favorisce la precipitazione e la coagulazione delle sieroproteine e quindi il loro affioramento sotto forma di piccoli fiocchi. Il loro consolidamento superficiale, in una fioritura bianca stratificata, avviene sospendendo, per circa 5 minuti, il riscaldamento. L'affioramento viene separato dalla scotta. Successivamente si procede con la raccolta della ricotta che viene posta in fuscelle forate, di forma tronco-conica, per 8-24 ore per favorire ulteriormente lo spurgo della scotta. Il prodotto scolato viene fatto asciugare in locali freschi.

Speziatura: il pepe può essere aggiunto nelle fuscelle sia in granuli che macinato a strati durante l'estrazione della ricotta o cotto direttamente nel siero.

La ricotta al pepe dovrebbe essere consumata preferibilmente il giorno stesso di produzione. Nella versione salata, la ricotta può durare per 3-6 mesi.

Pecorino primo sale al pepe prodotto da latte ovino pastorizzato

Ingredienti: latte di pecora pastorizzato, pepe, sale, caglio di agnello, fermenti lattici.

Pezzatura: forme circolari del diametro 22 cm, scalzo 13 cm; forme rettangolari 14 x 10 cm, scalzo 9-10 cm.

Peso medio: 1,2 kg. Sono disponibili anche in forme da 400 g e 2 kg.

Tecnica: il latte viene scaldato a 35-36°C, quindi si aggiunge il caglio in pasta. Una volta che si è formata la cagliata, essa viene spezzettata grossolanamente in modo che una parte del siero rimanga nell'impasto. Prima di trasferire l'impasto nelle fuscelle, viene posto su un tavolo di lavoro dove viene amalgamato il pepe. Il tutto viene messo nelle fuscelle, pressandolo molto lentamente.

Dopo circa 10 ore, si procede alla salatura in salamoia satura per circa 9 ore x kg. Si procede alla stagionatura in locali non climatizzati per 15 giorni ed in celle climatizzate per altri 30 giorni.

Speziatura: il pepe riduce la quantità di sale necessaria a garantire la conservazione del formaggio.

Crema di latte al pepe

Ingredienti: latte di pecora pastorizzato, pepe, sale, caglio di vitello, fermenti lattici.

Pezzatura: vaschetta.

Peso: 250 g.

- Tecnica:** il latte viene filtrato e pastorizzato ad una temperatura di 72°C per 20 secondi e quindi raffreddato a 30°C. Viene quindi coagulato con caglio di vitello e vengono aggiunti i fermenti lattici. La cagliata viene lasciata sostare per 24 ore, dopodiché si procede alla rottura per far fuoriuscire il siero; questa operazione richiede ulteriori 24 ore e fa sì che il prodotto assuma la consistenza di una crema.
- Speziatura:** il pepe può essere aggiunto sia in granuli che macinato, nelle vaschette. La crema al pepe dovrebbe essere consumata preferibilmente il giorno stesso di produzione.

Panpepato

- Ingredienti:** uvetta, farina di mandorle, miele, farina, noci, nocciole, frutta esotica disidratata, semi di sesamo, latte di cocco, pepe, cacao, gocce di cioccolato.
- Pezzatura:** stampo a plum cake.
- Peso:** 600 g.
- Tecnica:** dopo essere stati pesati, tutti gli ingredienti vengono opportunamente impastati, seguendo una precisa successione secondo l'esperienza del mastro pasticcere. L'impasto viene quindi lasciato a riposare una prima volta per poi essere formato e lasciato riposare nuovamente. Infine, vengono cosparsi i semi di sesamo ed il panpepato viene infornato per circa un'ora
- Speziatura:** il pepe caratterizza questo dolce conferendogli una gradevole nota piccante.

Rigatoni Cacio e Pepe

- Ingredienti:** 400 g rigatoni
200 g pecorino romano grattugiato
un buon cucchiaino di pepe
- Preparazione:** Lessate i rigatoni in abbondante acqua leggermente salata. Scolateli lasciandoli leggermente brodosi. Aggiungete abbondante pecorino romano grattugiato e pepe. Serviteli caldi.

Sabato 28 ottobre sarà possibile degustare i formaggi di pecora realizzati con il pepe nero della Malesia alle ore 21.00, all'interno del laboratorio L100 - Formaggi con erbe e speziati.

7. LA LINEA BREAKFAST ROMA

La prima colazione è notoriamente un momento chiave nell'accoglienza turistica. L'ospite considera sempre più la varietà, la qualità e l'accuratezza del breakfast come un elemento chiave della considerazione del servizio.

Può esistere a Roma una prima colazione romanesca? Può essere proposta una gamma di prodotti eccellenti e di provenienza locale in grado di soddisfare le attese del consumatore? Quale può essere il grado di accoglienza da parte dei turisti, anche e soprattutto di quelli internazionali, rispetto a questa proposta?

Per rispondere a queste domande l'ARM, azienda speciale della Camera di Commercio di Roma per il settore agroalimentare ha lanciato una esperienza pilota, oggi in fase di avanzata realizzazione, nell'ambito della quale è stata selezionata una gamma di oltre 180 merceologie adatte alla prima colazione tipizzata di eccellenza.

Il progetto non parte come una iniziativa occasionale: la Camera di Commercio di Roma ha già da tempo attivato una complessa azione per rilanciare i prodotti agroalimentari tipici e di qualità del territorio romano. Con un attento lavoro di ricerca, assistenza tecnica e promozione mirata sono stati riproposte sul mercato diverse tipologie di prodotto che costituiscono idealmente il paniere di eccellenza di Roma.

Alcuni di questi prodotti, in particolare i prodotti da forno, i formaggi freschi, le conserve dolci, la norcineria, ed i prodotti dell'apicoltura, appaiono particolarmente adatti per tipizzare il breakfast dell'ospitalità romana.

Dopo la realizzazione di un test pilota, che si è svolto nel mese di giugno 2006, che ha ottenuto risultati eccellenti sia sul piano dell'apprezzamento dei consumatori, sia sul piano della positiva collaborazione degli alberghi, la Camera di Commercio di Roma ha deciso di riproporre di recente la promozione in occasione della Festa Internazionale del Cinema di Roma, prevedendone la successiva estensione a tutti gli hotel interessati.

La selezione dei prodotti, divisi per tipologie, è accompagnata da una serie di attrezzature ed arredi specificamente realizzati e da una serie di materiali descrittivi dei prodotti tipici romani.

Sarà inoltre presente una gamma di prodotti da forno e di pasticceria senza glutine (gamma zero glutine) destinati a celiaci e ad intolleranti.

Ogni consumatore avrà a disposizione una scheda di valutazione individuale in cui potrà esprimere il suo gradimento che costituirà la base per una valutazione complessiva della gamma proposta.

Gli Hotel di Roma che hanno sino ad ora partecipato all'iniziativa sono:

- Hotel De La Ville, Via Sistina ****
- Hotel Nazionale, Piazza Montecitorio ****
- Hotel Eurostars Roma Congress ****
- Grand Hotel Westin Excelsior, Via Veneto *****
- Hotel Majestic, Via Veneto *****
- Hotel Ariston ITWG, Via Turati ****
- Hotel d'Inghilterra, Via Bocca di Leone ****
- Hotel De Russie, Via Del Babuino *****

8.1 PRODOTTI FUNZIONALI DELLA CAMPAGNA ROMANA



1. Zero glutine: i prodotti speciali da forno per celiaci e intolleranti al glutine

I consumatori affetti dalla malattia celiaca devono utilizzare prodotti alternativi ai cereali, in quanto il loro consumo induce i sintomi della malattia. La patologia è, infatti, caratterizzata da un'intolleranza permanente al glutine (proteina contenuta in frumento, segale, orzo, triticale, avena, farro e sorgo). L'eliminazione di questi cereali e dei loro derivati dalla dieta (dieta priva di glutine) costituisce la sola terapia per i pazienti che ne sono affetti. A questo proposito l'Azienda Romana Mercati ha realizzato uno studio destinato ad approfondire la conoscenza del mercato dei prodotti per celiaci ed intolleranti al glutine analizzando le dimensioni del fenomeno e del mercato ed esaminando la possibilità di realizzazione di nuovi prodotti ad hoc grazie all'utilizzo di cereali alternativi.

Inoltre, lo studio è stato corredato da uno specifico business plan di stima degli investimenti, dei costi di avviamento e dei costi di gestione di un laboratorio dedicato alla produzione di prodotti artigianali per celiaci.

Nella linea zero glutine sono stati prodotti quattro protocolli per la produzione di pane artigianale, pizza bianca, gnocchi e biscotteria.

La linea è presente al Salone del Gusto con un assortimento di biscotteria.

2. I formaggi ovini ad alto tenore di CLA (acido linoleico coniugato)

L'acido linoleico coniugato (CLA) ed i suoi isomeri, fa parte del gruppo degli acidi grassi trans prodotti a livello del rumine e dei tessuti. Tra i prodotti alimentari, quelli derivati dai ruminanti hanno il più elevato contenuto in CLA. Sono state individuate importanti azioni del CLA sulla salute umana: anticarcinogenica, antiaterotogena, immunomodulante, antidiabetica, favorisce la mineralizzazione delle ossa, riduce il colesterolo, l'obesità e studi sono in corso per dimostrarne l'effetto per la riduzione dell'incidenza del cancro al seno. La concentrazione di CLA nel latte e derivati dipende, quasi esclusivamente, dall'apporto di acidi grassi poliinsaturi presenti nella dieta dell'animale. Da studi svolti è noto che i valori di CLA sono elevati negli animali alimentati al pascolo naturale (soprattutto alimentati con foraggi allo stadio iniziale di crescita) e/o con diete integrate con semi di rapa, olio di semi di girasole o di soia. I prodotti animali, latte e derivati, dove si sono riscontrate elevate concentrazioni di CLA sono quelli dove l'apporto del pascolo nella dieta è pressoché totale, ovvero nel latte di pecora e nei suoi derivati.

I formaggi ovini della campagna romana con un'alta componente di pascolo costituiscono per i consumatori salutisti una ottima opportunità per mangiare sano e con gusto.

3. Olio extra vergine di oliva D.O.P. Sabina ad alto tenore di polifenoli e tocoferoli

L'olio extra vergine di oliva D.O.P. Sabina ha un odore fruttato, il sapore fruttato, vellutato, uniforme, aromatico dolce. Negli oli freschissimi il sapore è leggermente amaro.

È ottenuto da un attento melange di varietà di olive antichissime e tipiche: Carboncella, Leccino, Raja, Pendolino, Frantoio, Moraiolo, Rosciola e altre.

L'alto contenuto di polifenoli e tocoferoli, antiossidanti naturali inibitori dei processi di ossidazione intracellulari che favoriscono il precoce invecchiamento delle cellule, conferisce a questo olio di oliva spiccate proprietà nutrizionali, elevata stabilità e qualità.

Il prodotto è certificato dal Laboratorio Chimico - Merceologico della Camera di Commercio di Roma. Sono attualmente 30 le aziende locali che certificano il tenore di antiossidanti dei propri oli.



9.IL LABORATORIO DEL GUSTO

Caciofiore della campagna romana

I Laboratori del Gusto sono tra gli appuntamenti più attesi e ricercati dal pubblico del Salone del Gusto e lo strumento più utilizzato da Slow Food per divulgare la cultura del cibo e del vino. Nelle "aule" dei Laboratori del Gusto, nel padiglione 5, i partecipanti possono degustare su prenotazione e a pagamento, confrontare tra loro differenti prodotti (formaggi, salumi, birre, vini, distillati, ...), scoprire le fasi di trasformazione sotto la guida degli stessi produttori e di esperti di Slow Food. Un'esperienza che ricorda, almeno nella sistemazione dei partecipanti, le lezioni che si tengono a scuola: anche se si tratta di una scuola assai particolare, quella del gusto.

Lunedì 30 ottobre sarà possibile degustare il Caciofiore della Campagna Romana, uno dei Presidi Slow Food, alle ore 15.00 all'interno del laboratorio L158 - Pecorini eccellenti.

10. I PRODOTTI DELLA CAMPAGNA ROMANA IN DEGUSTAZIONE

I formaggi:

Caciofiore della Campagna Romana
Pressato a mano
Primo sale
Caciotta Romana
Giuncata
Pecorino Romano DOP
Pecorino stagionato in grotta
Ricotta Romana DOP

La norcineria:

Salame cotto
Corallina romana
Spianata o mortadella romana
Coppiette
Paesanella
Mazzi ripieni
Coppa di testa
Porchetta romana

Gli ortaggi romaneschi:

Zucchina romanesca
Carota di Maccarese o di Fiumicino
Carciofo romanesco IGP

La frutta:

Kiwi di Latina IGP

Il miele:

Miele di acacia
Miele di castagno
Miele millefiori

Il pane ed i prodotti da forno:

Pane di Genzano IGP
Pane di Lariano
Pizza bianca di Roma
Ciambelle al vino
Brutti ma buoni
Pupazza a tre seni
Serpette all'uovo
Biscotti al miele
Ciambelle al mosto
Biscotto della sposa
Pangiallo
Panpepato
Pizzarelle di ricotta
Prodotti speciali per celiaci

Olio extra vergine di oliva

Olio extra vergine di oliva DOP Sabina
Olio extra vergine di oliva "Soratte"
Olio extra vergine di oliva "Terre Tiburtine"
Olio extra vergine di oliva Castelli Romani

I FORMAGGI



CACIOFIORE DELLA CAMPAGNA ROMANA

Il "Caciofiore" è una sorta di antenato del Pecorino Romano realizzato con il caglio del cardo selvatico. Secondo il consiglio di Columella, "conviene coagulare il latte con caglio di agnello o di capretto, quantunque si possa anche rapprendere con il fiore di cardo silvestre o coi semi del cartamo o col latte di fico. In ogni modo il cacio migliore è quello che è stato fatto col minimo possibile di medicamento" ("De Re Rustica", 50 d.C.).

Il caglio vegetale è l'elemento chiave che caratterizza questo formaggio. È grazie all'azione proteolitica degli enzimi del cardo selvatico (*Cynara cardunculus* spp. *cardunculus*), che abbiamo uno dei formaggi di pecora più caratteristici al mondo. La crosta giallognola racchiude un cuore di formaggio quasi liquefatto, dalla cremosità sorprendente e dal sapore intenso, non salato, lievemente amaro. I fiori blu-violacei dei cardi selvatici si raccolgono durante il periodo estivo; si essiccano al buio per 4-5 giorni. I petali essiccati si fanno macerare nell'acqua per un giorno ed il tutto viene filtrato con telo sintetico ed aggiunto a filo al latte di pecora opportunamente mantenuto ad una temperatura costante di 38°C. La coagulazione richiede all'incirca un'ora e la cagliata viene quindi tagliata a quadrettoni, adagiata in fuscelle e lasciata spurgare del siero per 24 ore. Il giorno seguente viene salata a secco e trasferita nel locale di stagionatura per 35-40 giorni (condizioni ottimali: 7°-10°C, 90-95 % umidità).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	385
Proteine g:	23
Grassi g:	32,5
Calcio mg:	795
Fosforo mg:	522



PRESSATO A MANO

Il "Pressato a Mano" è un formaggio di pecora pressato e poi affumicato con legno di melo, che ha una consistenza simile alle odierne paste filate. Anche in questo caso, è Columella a descriverne il procedimento: conosciutissima è la maniera di fare il cacio che diciamo "pressato a mano". Infatti il latte, leggermente rappreso nel secchio di mungitura, fin che è tiepido, si separa dal siero e, gettandovi sopra dell'acqua bollente, si foggia a mano oppure si preme in forme di bosso. Viene anche di sapore gradevole se si fa indurire nella salamoia e poi si colora (affumicato ndr.) con legna di melo o fumo di paglia" ("De Re Rustica", 50 d.C.).

In un recipiente contenente il latte di pecora mantenuto ad una temperatura costante di 38°C viene aggiunto a filo del caglio di agnello e si lascia coagulare per circa un'ora. La cagliata viene quindi tagliata per far spurgare il siero in esubero e poi ridotta in pezzi della grandezza di un chicco di riso. L'impasto, dopo aver riposato per una ventina di minuti circa, si raccoglie ancora tiepido con un mestolo forato, e trasferito in un contenitore di acqua bollente dove viene pressato a mano per eliminare tutto il siero. Una volta pressata, la pasta ottenuta viene passata in salamoia a 18°C per 7-8 ore circa e affumicata con legno di melo.



PRIMOSALE

La denominazione richiama l'età del formaggio: viene messo in vendita subito dopo aver dato il "primo sale". La storia di questo formaggio è strettamente legata a quella del Pecorino. Ne rappresenta la versione fresca, leggermente salata. Ma se il Pecorino affonda le sue radici nella storia, il Primo Sale ha avuto il suo sviluppo negli ultimi cinquant'anni grazie alla catena del freddo e per soddisfare le richieste di una fascia di consumatori poco amanti dei formaggi stagionati e piccanti.

Il Primo Sale è un formaggio fresco ed è prodotto con latte ovino, in qualche caso caprino. Il latte, crudo o pastorizzato, viene riscaldato alla temperatura di 35-36°C e coagula, in seguito all'aggiunta di caglio, dopo circa 20 minuti. Quando la cagliata è pronta, se ne effettua la rottura e viene quindi adagiata nelle fuscelle, frugata o stufata per favorire lo spurgo del siero e, infine, messa in salamoia o salata a mano.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	350
Proteine g:	22
Grassi g:	29
Calcio mg:	740



CACIOTTA ROMANA

Trattandosi di un formaggio piuttosto fresco e prodotto un po' dappertutto, il nome è una diretta emanazione di cacio, il termine di origine latina utilizzato fino all'Ottocento per indicare il formaggio. La Caciotta è un formaggio a pasta molle prodotto, in genere, con latte ovino o con latte di altre specie (capra, vacca e bufala) e perfino con latte misto ovino e caprino. Il latte di partenza può essere crudo o pastorizzato. In quest'ultimo caso il latte viene inoculato con fermenti lattici. Per la coagulazione, la temperatura si porta a 39°C e si aggiunge caglio liquido di vitello. La cagliata è pronta dopo circa 35 minuti. Con uno spino o una spannarola si esegue quindi la rottura fino ad ottenere dei granuli delle dimensioni di una nocciola. A questo punto vi può essere una semicottura a 40-42°C per 10-15 minuti qualora si desideri protrarre la stagionatura. In caso contrario, si lascia riposare la massa per qualche minuto e, quindi, si provvede al trasferimento nelle fuscelle. Segue poi la fase di stufatura per favorire lo spurgo del siero. Generalmente questa fase viene fatta in locali con temperature comprese fra 24-26°C ed una umidità dell'85% e dura dalle 6 alle 10 ore; durante questo periodo vengono effettuati continui rivoltamenti. Spesso è necessaria una leggera pressatura. A questo punto il formaggio, prima di essere immesso in commercio, viene salato. Questa fase è effettuata generalmente in salamoia, ma alcuni produttori preferiscono utilizzare quella a secco.

GIUNCATA

Il nome di questo formaggio deriva dal fatto che la cagliata veniva adagiata su canestri di giunco per far sgocciolare il siero in eccesso. Tradizionalmente, la lavorazione di questo formaggio coincideva con la festa dell'Ascensione quando aveva inizio la mungitura delle pecore e delle capre. La produzione della giuncata è limitata ad alcune regioni italiane (Emilia Romagna, Abruzzo, Puglia, Calabria); di recente sta rifiorendo anche nel Lazio.

La tecnica di produzione della giuncata è molto semplice, tant'è che in passato questo formaggio veniva fatto in casa. Il latte di pecora appena munto viene riscaldato a 37°C e coagulato con caglio di agnello. La coagulazione avviene in circa 30 minuti. Dopo 15-25 minuti di rassodamento, si procede al taglio del coagulo in pezzi grossi che viene poi lasciato sotto siero per 10 minuti. La cagliata viene quindi trasferita in canestri per lo spurgo. Data la freschezza, la giuncata deve essere preferibilmente consumata in giornata o, al massimo, il giorno successivo.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	253
Proteine g:	18.7
Grassi g:	19,5
Calcio mg:	500
Fosforo mg:	350



PECORINO ROMANO DOP

È il formaggio originario della campagna laziale. A partire dalla fine dell'800 la produzione si sposta soprattutto in Sardegna. Il Pecorino Romano è prodotto esclusivamente con latte di pecora. Questo formaggio, o almeno la sua tecnica, viene da molto lontano. Ne parla Omero e lo descrive in maniera abbastanza dettagliata Columella. La pecora è stata per secoli un importante fattore di sviluppo per le popolazioni del bacino del Mediterraneo ed il formaggio ha rappresentato una parte non secondaria del reddito degli allevatori. In estate le greggi risalivano lentamente verso i monti dell'Abruzzo per poi riscendere verso la Campagna Romana al sentore dei primi freddi. A quei tempi si allevavano esclusivamente pecore locali incrociate con la Merino che, con il tempo, ha dato vita alla Sopravissana, una pecora apprezzata per la qualità della lana e del latte.

Un gruppo di imprenditori romani, a fine '800, approda in Sardegna ed avvia la produzione di Pecorino Romano in numerosi caselli sparsi nel territorio isolano. Dal secondo dopoguerra, con la scomparsa della transumanza e la perdita di valore della lana, la razza Sopravissana è stata lentamente sostituita dalla pecora Sarda, più apprezzata perché produce più latte ma anche perché, nel frattempo, la Campagna Romana veniva occupata da pastori sardi. Attualmente oltre il 90% della produzione viene fabbricata in Sardegna. Nel 1996, il Pecorino Romano è diventato una Denominazione di Origine Protetta con Regolamento CE n. 1107/96.



PECORINO STAGIONATO IN GROTTA

Questa tipologia di Pecorino si caratterizza perché ha una lunga stagionatura in grotte o cave. La fase di stagionatura in ambienti naturali ha origine molto antiche, certamente connesse alla necessità di conservare il prodotto per lunghi periodi in funzione di scorte alimentari. Le grotte di tufo e le cave di travertino nella Campagna Romana offrono da sempre condizioni di temperatura ed umidità tali da garantire una buona ed equilibrata maturazione del formaggio.

La tecnica di produzione ricalca nella fase iniziale quella del pecorino tradizionale. Il latte utilizzato nella produzione proviene dalla prima o dalla seconda munta; esso viene coagulato ad una temperatura di circa 35°C in tempi compresi fra 20 e 30 minuti, previa aggiunta di siero innesto e caglio di agnello o di capretto. La rottura della cagliata in grumi della grandezza di un cece dura dai 15 ai 20 minuti e serve a favorire la fuoriuscita del siero. Il coagulo, posto nelle fuscelle, viene quindi pressato a mano. Dopo la cottura, la cagliata viene posta in appositi stampi forati in plastica per lo sgrondo del siero. Il prodotto così ottenuto viene lasciato sgocciolare, ripassato sotto siero caldo e quindi salato a secco o in salamoia. Dopo la salatura il pecorino è viene fatto stagionare in grotta per un periodo che può variare da 8-10 mesi ad oltre un anno. Durante la stagionatura le forme sono rivoltate manualmente. Per evitare che la crosta si spacchi si può strofinare la superficie delle stesse con un panno imbevuto di olio oppure con il grasso che trasuda.



RICOTTA ROMANA DOP

Il termine ricotta deriva dal latino recoctus, parola che richiama la tecnica di produzione di questo latticino che, per la legge italiana, non è considerato un formaggio perché prodotto a partire dal siero (sottoprodotto della caseificazione) e non dal latte.

Già i greci ed i romani conoscevano la ricotta; Columella, nel suo De Re Rustica, ne descrive le varie fasi tecnologiche. La Ricotta Romana è ottenuta con siero di latte di pecora derivante dalla lavorazione dei formaggi pecorini romani prodotti esclusivamente da latte di greggi allevate nei pascoli del territorio della regione Lazio. È ammessa un'aggiunta di latte di pecora (massimo 15%) per aumentarne la cremosità. I fiocchi affioranti vengono posti nelle caratteristiche fuscelle forate per lo spurgo spontaneo della scotta (liquido di scarto ricco in lattosio). Il prodotto non subisce ulteriori trattamenti termici per cui mantiene un elevato contenuto in acqua (75% circa), struttura e aromi tipici.

La Ricotta Romana ha ottenuto la Denominazione di Origine Protetta nel 2005 (Regolamento CE n. 737/05).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	102
Proteine g:	4,8
Grassi g:	6,3
Calcio mg:	83

LA NORCINERIA



SALAME COTTO

Questo salume è un tipico della tradizione gastronomica dell'alto Lazio e viene prodotto con carne di prosciutto magra e priva di nervi, macinata grossa e speziata in modo delicato; in ultimo vengono aggiunti i pistacchi che conferiscono colore al salame. Il prodotto viene quindi fatto asciugare in stufa per un breve periodo con una lenta affumicatura. La fase successiva consiste nella cottura in caldaia, come detta la tradizione; il prodotto ha modo così di sgrassarsi e di acquistare quelle caratteristiche organolettiche che lo rendono unico. Visivamente, si presenta magro, di colore rose e con dei pistacchi in evidenza. Al gusto è delicato, giustamente aromatico ed affettato in modo sottile se ne apprezza la morbidezza e la fragranza; si accompagna bene con la Pizza Bianca di Roma.



CORALLINA ROMANA DOP

Corallina romana

Questo salame viene generalmente prodotto e consumato a Pasqua quando, insieme alle uova sode, costituisce il piatto tradizionale: in passato, veniva servito adagiato su un letto di viole ciocche e viole pansé e condito con rosmarino, menta e salvia. Nelle giornate del Giovedì e Venerdì Santo, nelle pizzerie più prestigiose venivano preparate delle vere e proprie grotte costruite con salami e uova all'interno delle quali venivano posti dei pupazzi di butirro.

L'impasto della Corallina, finemente macinato, è composto da tre parti di carne suina di prima scelta e da una parte di lardelli; il tutto viene condito con sale, pepe nero intero e frantumato ed aglio opportunamente macerato nel vino, ed insaccato in budello naturale, a volte anche di ovino secondo la tradizione laziale. La peculiarità del prodotto risiede nella stagionatura e nella conservazione: dopo una giornata in un locale con braciere a legna e carbone, la carne viene appesa per due-tre mesi in un locale ventilato, umido e fresco per poi essere conservata, secondo l'antichissima tradizione, sotto la cenere. Alcuni norcini prediligono l'affumicatura del salume bruciando bacche di ginepro. Generalmente si presenta con una lunghezza di 50-60 cm ed un calibro di circa 6 cm.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	420
Proteine g:	26,5
Grassi g:	34,3
Ferro mg:	1,5



SPIANATA O MORTADELLA ROMANA

Questo salume prende il nome dalla sua caratteristica forma schiacciata e costituisce un esempio di mortadella cruda quindi diversa dalla classica mortadella di tutti i giorni, quella di Bologna, che viene invece cotta in stufe di pietra prima della stagionatura.

Per quanto riguarda la sua preparazione la ricetta è simile, per ingredienti, a quella della corallina: le carni magre suine vengono finemente macinate e miscelate con lardelli tagliati a mano con il coltello che costituiscono all'incirca il 25% dell'impasto; il tutto viene quindi aromatizzato con sale, pepe nero intero e frantumato, e l'aglio schiacciato nel vino.

La caratterizzazione del salume avviene nelle fasi di insaccamento e di stagionatura: in questo caso, infatti, viene utilizzato un budello di origine bovina e la carne insaccata viene prima collocata in apposite gabbiette metalliche (solamente pochi artigiani usano ancora lo schiacciamento tra due assi di legno di nocciolo che vengono tirate a mano tramite lo spago quando il prodotto pian piano si restringe calando di peso), fatta maturare alcuni giorni in locale con fuoco per poi essere stagionata per alcuni mesi appesa in locali ventilati.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	420
Proteine g:	26,5
Grassi g:	34,3
Ferro mg:	1,5



COPPIETTE

Le Coppiette erano inizialmente prodotte in Ciociaria, soprattutto nell'area compresa tra Guardino e Vico nel Lazio, ma ben presto si sono diffuse anche ad Ariccia ed in tutti i Colli Albani, divenendo oggi un classico stuzzichino nelle fraschetterie castellane.

Vengono preparate utilizzando la carne magra dell'animale (coscia, lombo e filetto) che viene salata, speziata (soprattutto con pepe e peperoncino) e tagliata a strisce non più lunghe di 10-15 cm per poi essere legata a coppie con uno spago (da qui il nome di Coppiette); la carne così conciata viene fatta stagionare (essiccare) all'incirca due mesi durante i quali viene talvolta applicata una leggera affumicatura. Nella ricetta tradizionale veniva impiegata solo carne di cavallo o di asino, ma ora commercialmente si preparano anche con carne suina o di vitellone maremmano. Le Coppiette si presentano con un caratteristico colore scuro ed un tipico odore affumicato.



Questa tipologia di salsiccia stagionata prende il nome dalla macinatura media, tipica dei salumi "paesani", di carni suine di primissima scelta, ovvero spalla e ritagli di coppa, opportunamente ripulite dai nervetti e dalle piccole infiltrazioni di grasso. L'impasto viene gradevolmente aromatizzato con semi di finocchietto selvatico e insaccato in budello naturale di maiale. Le salsicce vengono quindi fatte asciugare per un minimo di 15-20 giorni ed un massimo di 30-40 giorni in base alle condizioni di temperatura ed umidità dei locali di stagionatura; frequentemente, il processo di asciugatura viene iniziato grazie all'utilizzo di un camino. Il salume si presenta con la caratteristica forma a ferro di cavallo e con un gusto lievemente piccante e un profumo mediamente intenso.



MAZZI RIPIENI

Questa antica ricetta marinese consiste nel prolungato lavaggio in acqua calda dei budelli interi e girati, cui segue il misurato condimento con sale, pepe nero macinato fino, peperoncino tritato, aglio pestato, finocchiella secca e vino bianco asciutto. Una delicata fase di aromatizzazione, dopo la quale si provvede a sgrassarli e girarli ancora, in un bagno di acqua e aceto per due, tre ore; quindi a sciacquarli ed a rimmetterli a insaporire nella precedente salsa speziata per un'altra ora circa. I budelli così trattati vengono tagliati in porzioni di circa un metro e stesi ad asciugare all'aria fresca invernale o vicino al calore del camino acceso (quest'ultima tecnica regala un leggero aroma fumè ed il tipico appellativo di Mazzi sfumati). La versione "ripiena" nasce dalla pratica di insaccare i budelli, già insaporiti e pronti per l'asciugatura, con pezzi di carne magra suina lunghi circa 20 cm e larghi 2-3 cm, insaporiti e frollati con la solita ricetta per 4-5 giorni, recuperati dai ritagli di lavorazione del coscio o della spalla, oltre che dal prelibato pannicolo del costato. Una volta riempiti, si provvede a legarne le estremità con del filo che verrà poi passato ogni 20-30 cm per tener fermo il ripieno, prima di appenderli ad asciugare per almeno 20-25 giorni. Tradizionalmente, vengono consumati accompagnandoli ad un buon bicchiere di vino durante il gioco delle carte e le chiacchierate, nei grottini o le bettole paesane (non a caso, a Velletri, li chiamavano beverelli).



COPPA DI TESTA

Forse è uno dei prodotti gastronomici più antichi che si conoscano, nato dall'esigenza di utilizzare quelle parti del maiale meno nobili come la testa, i muscoletti della spalla, ecc. La lavorazione è semplice: una volta selezionati i pezzi destinati alla Coppa di Testa (guancia, lingua, cotenna e muscolo), si mettono in caldaia a lessare per almeno 4 ore; successivamente si dissossano le teste e si tagliano a mano finemente. Si condisce poi il tutto con sale, pepe ed aromi naturali quali scorza di limone. Il prodotto ancora caldo viene adagiato sotto una pressa che ne fa fuoriuscire il grasso ed i liquidi in eccesso. In ultimo, si fa raffreddare per circa un paio di giorni per poi poterlo porzionare a pezzi da circa 3-4 kg. Alcuni norcini aggiungono tutte le ossa rimaste dalla macellazione che, dopo la cottura, vengono opportunamente ripulite dei tendini, nervi, cartilagine, ecc.



PORCHETTA ROMANA

La Porchetta Romana è un prodotto tipico locale ormai diffuso su tutto il territorio provinciale; la più rinomata è indubbiamente la Porchetta di Ariccia. Si pensa che la tradizione di arrostire i maiali si sia diffusa proprio ad Ariccia perché tutto intorno alla città si trovavano boschi di querce e castagne dove pascolavano branchi di suini bradi. Certamente, l'arte della porchetta è databile ai tempi dei Romani e da allora si tramanda di padre in figlio; in particolare, si dice che l'Imperatore Nerone, famoso per il suo palato raffinato e per i suoi banchetti, ne fosse molto ghiotto a tal punto da eleggerlo come suo piatto preferito.

La Porchetta viene preparata con carne di suino giovane di 6-7 mesi, la quale dopo essere stata disossata viene opportunamente condita con sale, pepe, aglio, finocchio selvatico ed altre spezie ed aromi segretamente miscelati dai mastri norcini. Prima di iniziare il processo di cottura il suino disossato e condito viene legato intorno ad una barra di acciaio per l'immissione nei forni.

Tradizionalmente, la Porchetta viene affettata e servita con pane casereccio; particolarmente prelibata è la cotenna lucida e croccante.

Il prodotto "Porchetta di Ariccia" è in fase di ottenimento della Indicazione Geografica Protetta (IGP).

GLI ORTAGGI ROMANESCHI



ZUCCHINA ROMANESCA

La zucchina appartiene alla famiglia delle "Cucurbitacee"; è una pianta erbacea annuale di aspetto cespuglioso, apparato radicale profondo ed espanso. È una specie "monoica", cioè presenta fiori maschili e femminili separati sulla stessa pianta. La parte commestibile è rappresentata dal frutto che si è sviluppato dopo la fecondazione del fiore femminile ed ogni pianta ne può produrre da 15 a 30. Nella zucchina romanesca il frutto si distingue per la tipica forma un pò curva, la fine peluria e le sfaccettature dagli spigoli ben evidenti, un colore verde chiaro ed un pronunciato sapore tendente all'amarognolo. Le zucchine vengono raccolte nei mesi estivi (prodotto di campo) in maniera scalare e molto comunemente si raccoglie il frutto appena sviluppato insieme al fiore ancora attaccato superiormente.

Molto conosciuti sono anche i cosiddetti "fiori di zucca", ovvero l'infiorescenza che si sviluppa sull'arbusto, i quali vengono venduti legati in mazzi ed impiegati nella tradizione romana farciti di mozzarella ed acciughe, impastellati e fritti.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto fresco commestibile

Energia kcal:	11	Sodio mg:	22
Proteine g:	2,7	Calcio mg:	21
Carboidrati g:	1,4	Fosforo mg:	65
Grassi g:	0,1	Ferro mg:	0,5
Fibra g:	1,2	Magnesio mg:	0
Potassio mg:	264	Colesterolo mg:	0



CAROTA DI MACCARESE O FIUMICINO

La carota appartiene alla famiglia delle "Ombrellifere"; è una pianta erbacea biennale con apparato radicale fittonante. La parte commestibile è rappresentata dalla radice fittonante la quale si ingrossa per accumulare materiale di riserva.

Conosciuta già ai tempi dei Romani, la carota odierna conserva ben poco delle sue origini, a cominciare dal colore. Nell'antichità, le prime carote erano bianche, viola, rosa, gialle, verdi e nere; la colorazione arancione è frutto di selezioni ed incroci ad opera degli olandesi che desideravano ottenere un ortaggio che avesse lo stesso colore della Camera d'Orange.

La produzione laziale è concentrata nella zona di Maccarese, da cui prende la denominazione, dal momento che la carota predilige terreni profondi e freschi, ben drenati e tendenti al sabbioso. La raccolta avviene dopo circa 3-7 mesi dalla semina, a seconda se questa è avvenuta in primavera o in estate.

Il prodotto "Carota di Maccarese" è in fase di ottenimento della Indicazione Geografica Protetta (IGP).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto fresco commestibile

Energia kcal:	11	Sodio mg:	22
Proteine g:	1,1	Calcio mg:	44
Carboidrati g:	7,6	Fosforo mg:	37
Grassi g:	0,2	Ferro mg:	0,7
Fibra g:	3,1	Magnesio mg:	11
Potassio mg:	220	Colesterolo mg:	0



CARCIOFO ROMANESCO IGP

Il carciofo (*Cynara scolimus*) è una pianta già conosciuta al tempo degli Egizi e diffusa nell'area mediterranea, come si evince dal *De Re Rustica* di Columella e dal *Naturalis Historia* di Plinio. Tuttavia, secondo alcuni storici, furono gli Etruschi a praticare la coltivazione di questo ortaggio dalle varietà di cardo selvatico (*Cynara cardunculus*) e le raffigurazioni di foglie di carciofo in alcune tombe della necropoli di Tarquinia ne sono un'indiscutibile testimonianza. Attualmente, sono due le cultivar coltivate lungo il litorale a nord di Roma nei dintorni di Ladispoli e Cerveteri, un'area particolarmente vocata alla produzione del Carciofo Romanesco IGP: "Castellammare" (precoce) e "Campagnano" (tardiva). Il Carciofo Romanesco, detto anche "mammola", è grosso e con il capolino quasi rotondo, hanno poco scarto e sono i più adatti per essere cucinati ripieni. La parte commestibile della pianta è in realtà il fiore e il cuore centrale chiamato "cimarolo" è il più ricercato, e di conseguenza anche il più costoso, perché più tenero e con le foglie più seriate. Molto versatile in cucina, la tradizione lo predilige "alla romana", cotto a fuoco lento e condito con pangrattato, aglio, prezzemolo, pepe e abbondante olio, oppure alla "giudia", tagliato a spirale in modo da eliminare la parte legnosa, fritto nell'olio con il gambo in alto e bello croccante. Il prodotto ha ottenuto la Indicazione Geografica Protetta (IGP) nel 2002 (Regolamento CE n. 2066/02) come "Carciofo Romanesco del Lazio IGP".

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto fresco commestibile

Energia kcal:	22	Fibra g:	5,5	Fosforo mg:	67
Proteine g:	2,7	Potassio mg:	376	Ferro mg:	1,0
Carboidrati g:	2,5	Sodio mg:	133	Magnesio mg:	45
Grassi g:	0,2	Calcio mg:	86	Colesterolo mg:	0

LA FRUTTA



KIWI DI LATINA IGP

Il kiwi (actinidia) è originario della Cina, dove è conosciuto con il nome di Yangtao; la sua denominazione attuale è ispirata all'uccello nazionale neozelandese, paese che per primo si è dedicato alla produzione ed esportazione di questo frutto grazie al lavoro di A. Allison.

La pianta fu importata in Italia negli anni quaranta come ornamento da giardino, e solo negli anni settanta si iniziò a coltivarla come albero da frutto. La produzione italiana avviene principalmente in Emilia Romagna, Lazio, Piemonte, Veneto, Campania e Puglia, ma è il Lazio che ne detiene il primato. In questa regione, la coltivazione è stata introdotta dal 1971 ad opera del Dr. Cacioppo, il quale realizzò un impianto sperimentale a San Felice Circeo. Il territorio di produzione è diviso tra le province di Roma e Latina, e si concentra nell'area dell'Agro Pontino; in particolare, Cisterna di Latina ricopre il 60% della produzione regionale. Il frutto si presenta con un'epidermide di colore marrone ricoperta di peluria, mentre all'interno il cuore legnoso di colore bianco è circondato da una corona di semi neri e da un esocarpo di colore verde.

Il prodotto ha ottenuto la Indicazione Geografica Protetta (IGP) nel 2004 (Regolamento CE n. 1486/04).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto fresco commestibile

Energia kcal:	44	Fibra g:	2,2	Fosforo mg:	70
Proteine g:	1,2	Potassio mg:	400	Ferro mg:	0,5
Carboidrati g:	9,0	Sodio mg:	5	Magnesio mg:	0
Grassi g:	0,6	Calcio mg:	25	Colesterolo mg:	0

IL MIELE



MIELE

DI ACACIA, CASTAGNO, MILLEFIORI

Tra i diversi tipi di miele quello di acacia è senza dubbio il più estesamente conosciuto ed apprezzato. Ha un potere dolcificante molto elevato, grazie all'alta percentuale di fruttosio in esso contenuto. È caratterizzato da un sapore leggero, decisamente dolce che ricorda quello dei fiori o appena fruttato. L'aroma è molto delicato, tipicamente vanigliato, confettato, poco persistente e privo di retrogusto. È ottimo per sostituire lo zucchero, senza interferire con il gusto proprio delle vivande.

Il miele di castagno è ricco di fruttosio e si mantiene liquido per molto tempo. Il colore varia da quello dell'ambra scura, a quasi nero. L'odore è forte e penetrante; il sapore è simile all'odore, pungente all'inizio, poi decisamente amaro. Il miele di castagno è ricco di granelli di polline ed è un miele particolare che piace a chi non ama i sapori troppo dolci. Per questo motivo si abbina bene a ricotta ed altri formaggi poco saporiti.

Viene definito millefiori quel miele che non può essere definito come uniflorale. Ogni millefiori possiede proprie caratteristiche che si ripetono di anno in anno con variazioni più o meno importanti. A volte i mieli millefiori sono caratterizzati da una presenza botanica che prevale e che costituisce il nucleo del miele, ma che è accompagnata da una costante flora concomitante che ne costituisce la specificità. Il miele millefiori si abbina bene a formaggi freschi.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	304
Proteine g:	80,3

IL PANE E I PRODOTTI DA FORNO



PANE DI GENZANO IGP

Il pane di Genzano, che viene prodotto nell'omonimo comune dei Castelli Romani, è un pane casereccio di farina di grano tenero, acqua, lievito naturale e sale. La sua origine storica è legata alla tradizione contadina di preparare il pane in famiglia. La fase di impasto consiste nella preparazione del lievito naturale e delle caratteristiche forme, dette "brighe", che vengono poi fatte cuocere in forni a legna meglio conosciuti come "soccie".

All'atto dell'immissione al consumo deve avere le seguenti caratteristiche: pagnotte con delle "baciature" ai fianchi o filoni lunghi con pezzature che vanno da 0,5 kg a 2,5 kg, spessore della crosta di 3 mm circa, colore all'interno bianco-avorio, profumo di cereale, sapore sapido, umidità massima 33,7%, peso specifico 0,23 kg/dm³.

Il prodotto ha ottenuto l'Indicazione Geografica Protetta (IGP) nel 1997 (Regolamento CE n. 2325/97).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal:	248
Proteine g:	8
Grassi g:	0,5
Carboidrati g:	54



PANE DI LARIANO

Il pane di Lariano, che viene prodotto nell'omonimo comune dei Castelli Romani, ha forma simile a quello di Genzano, ma si differenzia negli ingredienti e nelle modalità di cottura. Questo pane, infatti, è prodotto con farina semintegrale di grano tenero, acqua ed una miscela di lievito di birra e lievito naturale; si caratterizza per la mollica scura, dovuta appunto al tipo di farina utilizzata. La cottura avviene in forni a legna, in taluni casi utilizzando legno di castagno.

È particolarmente indicato nella preparazione di bruschette e come accompagnamento a piatti forti, come carni al sugo, ed a formaggi piccanti e stagionati.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal: 245
Proteine g: 7,5
Grassi g: 0,6
Carboidrati g: 2,3



PIZZA BIANCA DI ROMA

La Pizza Bianca di Roma nasce dalla necessità dei fornai antichi di stabilire la temperatura dei forni a legna per la panificazione. Dovendo trovare un indicatore che fosse rapido, preciso ed economico, si pensò all'utilizzo di un impasto semplice da infornare direttamente senza l'utilizzo di teglie per accertare che il forno fosse alla temperatura giusta per la cottura del pane. Questo impasto, fatto di farina, acqua, sale, malto, lievito di birra ed olio, è noto oggi come la Pizza Bianca di Roma.

Gli ingredienti sono impastati per un periodo di tempo che varia da 12 a 20 minuti; l'impasto si lascia quindi lievitare per quattro ore, dopodiché si lavora dandogli la forma voluta (generalmente ovale) su apposite "pale" e si inforna per 15 minuti. A cottura ultimata, la pizza deve essere pennellata con olio di oliva e cosparsa di sale medio-grosso.

È stata avviata l'istanza di riconoscimento dell'Indicazione Geografica Protetta (IGP).

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal: 302

Proteine g: 7,9

Grassi g: 5,9

Carboidrati g: 57,9

CIAMBELLE AL VINO

Si tratta di dolci a base di farina, olio, zucchero e vino bianco che, dopo la cottura, si presentano di colore dorato e piuttosto leggere. Per la loro preparazione, si dispone la farina a fontana, e, nel centro, si aggiungono lo zucchero, l'olio, un pizzico di sale ed il vino bianco; il tutto viene impastato fino ad ottenere un impasto morbido che si lascia riposare per circa un'ora in un luogo tiepido. L'impasto viene quindi diviso in pezzi che vengono arrotolati in modo da formare delle ciambelle di 15-20 cm. Le ciambelle così ottenute vengono poste su teglie ed infornate per circa mezz'ora. Generalmente si mangiano a fine pasto accompagnate da un buon bicchiere di vino, preferibilmente Cannellino.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal: 463
Proteine g: 8,7
Grassi g: 15
Carboidrati g: 73,5



BRUTTI MA BUONI

Questi biscotti vengono preparati con nocciole, mandorle, uova e zucchero al velo. Generalmente, si consumano durante il periodo di Carnevale, ma si prestano bene anche a fine pasto.



PUPAZZA A TRE SENI

Questo biscotto, realizzato per la prima volta negli anni '60, è tipico del comune di Frascati, certamente più rinomato per la sua produzione vinicola. E proprio ad essa si riconduce la storia di questo semplice dolce preparato con miele, farina ed acqua: la credenza popolare vuole infatti che i bambini, oltre che con il latte materno, fossero allattati anche con il vino di Frascati, da qui il terzo seno.

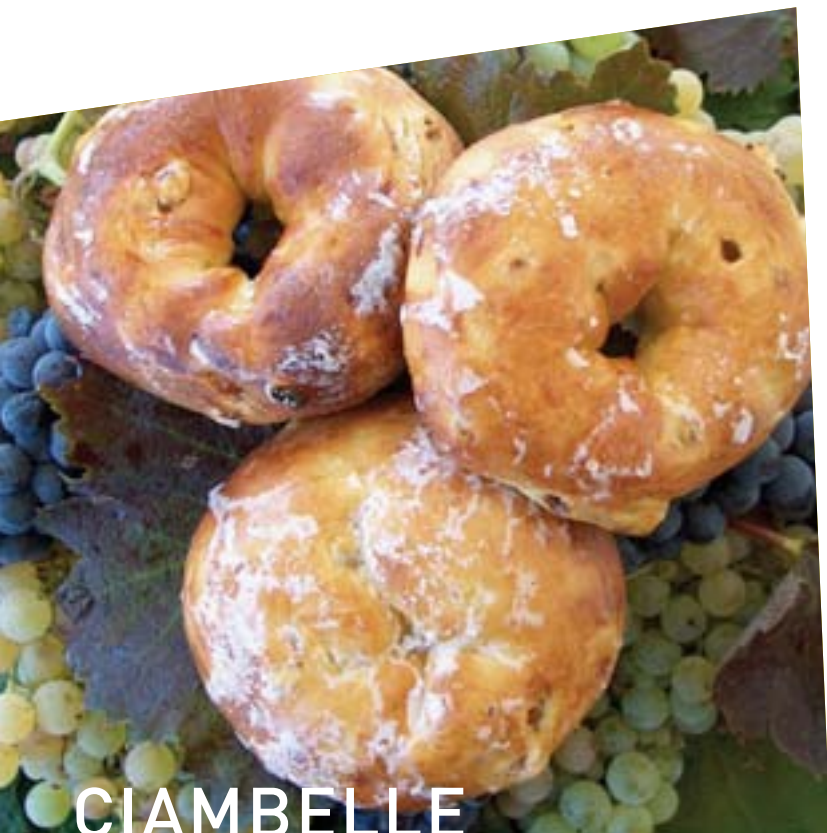
SERPETTE ALL'UOVO

Questo tipo di biscotti devono il loro nome alla caratteristica forma a S. L'impasto è comune ad altre tipologie di biscotti castellani ed è composto da farina di grano tenero, olio di oliva, zucchero, uova e lievito.



BISCOTTI AL MIELE

È un biscotto di origine recente prodotto con miele, farina, nocciole, buccia di arancio grattugiata e pepe della lunghezza di circa 10 cm. Per la sua preparazione si amalgama bene il miele con la farina, le nocciole e il pepe e si aromatizza con la buccia di arancia grattugiata. Con l'impasto si formano tanti salsicciotti da cuocere al forno e, prima che termini la cottura, si preleva la teglia, si tagliano i salsicciotti in tanti pezzetti di 10 centimetri ciascuno e si completa quindi la cottura.



CIAMBELLE AL MOSTO

La Ciambella al mosto è una ricetta di origine popolare le cui prime tracce si ritrovano in occasione di una visita di La tradizione fa risalire la produzione di questi gustosi dolci al 1600 quando, in occasione della vendemmia, era consuetudine onorare le mense dei nobili con i prodotti tipici del lavoro della terra. Si narra infatti che le mense dei Papi, in particolare gli Orsini, venissero spesso "fornite dell'uva, del vino e dei dolci tipici marinasi". Non vi è famiglia originaria di Marino che non ne conosca le qualità e l'antica consuetudine di custodire gelosamente e tramandare nello stretto ambito familiare i segreti della semplice ricetta spiega perché questa tradizione sia tipica del territorio Marinense. Inoltre l'ingrediente fondamentale di questo dolce è costituito dal mosto.



BISCOTTO DELLA SPOSA

Si tratta di un dolce tipico castellano a base di farina, acqua, lievito di birra e anice. Si preparano in occasione di un matrimonio seguendo la tradizione per cui, un tempo, le famiglie dei futuri sposi, qualche giorno prima delle nozze, mandavano in regalo agli invitati le "ciambelle degli sposi" insieme ai confetti avvolti in fazzolettoni di lino ricamati a mano dalle madri delle spose. Per la preparazione, si impasta la farina, l'acqua ed il lievito e si lasciano per qualche ora. Una volta terminata la lievitazione, si rimpasta il tutto con semi di anice e si formano delle ciambelle che vengono quindi infornate.



PANGIALLO

Dolce tipicamente natalizio a base di farina, lievito di pane, sciroppo di zucchero non denso, scorza di cedro o di arancia candita, pinoli, mandorle, cannella, noce moscata e chiodi di garofano in polvere, olio e zibibbo, affonda le sue origini nell'antica Roma, e più precisamente durante l'età imperiale. Era infatti un'usanza di quei tempi distribuire dei dolci dorati in occasione della festa del solstizio d'inverno come auspicio per il ritorno del sole. Marco Gavio Apicio, nel suo "De Re Coquinaria" (fine I sec. D. C.), ne descrive la ricetta: "mescola nel miele pepato del vino puro, uva passita e della ruta. Unisci a questi ingredienti pinoli, noci e farina d'orzo. Aggiungi le noci raccolte nella città di Avella, tostate e sminuzzate, poi servi in tavola". Si presenta con la caratteristica forma a cupola e di colore giallo. Il nome pangiallo deriva dal fatto che anticamente questo dolce era ricoperto esternamente con acqua di zafferano che conferiva il caratteristico colore giallo. In una ricetta più raffinata, lo zibibbo era sostituito dall'uva sultanina, non c'era lievito nell'impasto e si aggiungeva pasta di mandorle sciolta con uovo. Questo pangiallo veniva rivestito con un base di zucchero al cioccolato.

Valori nutrizionali per 100 g di prodotto

Energia kcal: 523
Proteine g: 14,9
Grassi g: 36,2
Carboidrati g: 43,4



Dolce natalizio a base di zucchero, miele, cioccolato grattugiato, pepe, scorza di arancia candita, mandorle sbucciate, noci, pinoli, nocciole, cannella in polvere, cruschello. Il panpepato è di forma rotonda e schiacciata, ricoperto di cioccolato, gustoso e nutriente. Un dolce antico che risente della tradizione dei dolci elaborati, preparati con ricchi ingredienti per le grandi occasioni. Un tempo era fatto senza cioccolato.



PIZZARELLE DI RICOTTA

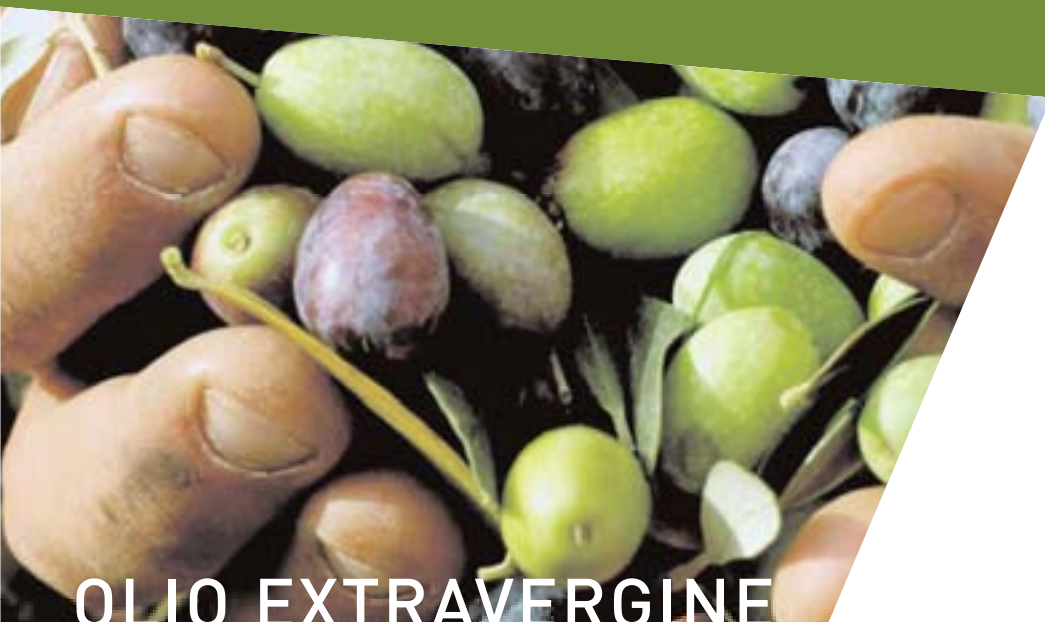
Si tratta di un dolce pasquale tipico di Mazzano Romano, un comune dell'alta Sabina immerso nella riserva naturale del Tevere Farfa. La ricetta è molto semplice: si tratta di un impasto di farina, zucchero, uova, margarina, cannella, vanillina, lievito e, soprattutto, ricotta di pecora che rappresenta ben il 20% degli ingredienti e che caratterizza questo biscotto.



PRODOTTI SPECIALI PER CELIACI

L'intolleranza al glutine, un proteina riscontrata nei più comuni cereali come ad esempio il grano, ha reso necessario lo sviluppo di prodotti alternativi ma al contempo simili per aspetto e gusto a quelli tradizionali. L'ingrediente farina di grano viene quindi sostituita da altre tipologie quali farina ed amido di riso, farina di guar, amido di mais e fecola di patate. Ne deriva una linea di prodotti che spaziano dal tozzetto al panettone, dalla focaccia alla pizza al pomodoro, diligentemente preparati da un'azienda romana autorizzata dal Ministero della Salute e confezionati singolarmente per maggiore praticità di utilizzo.

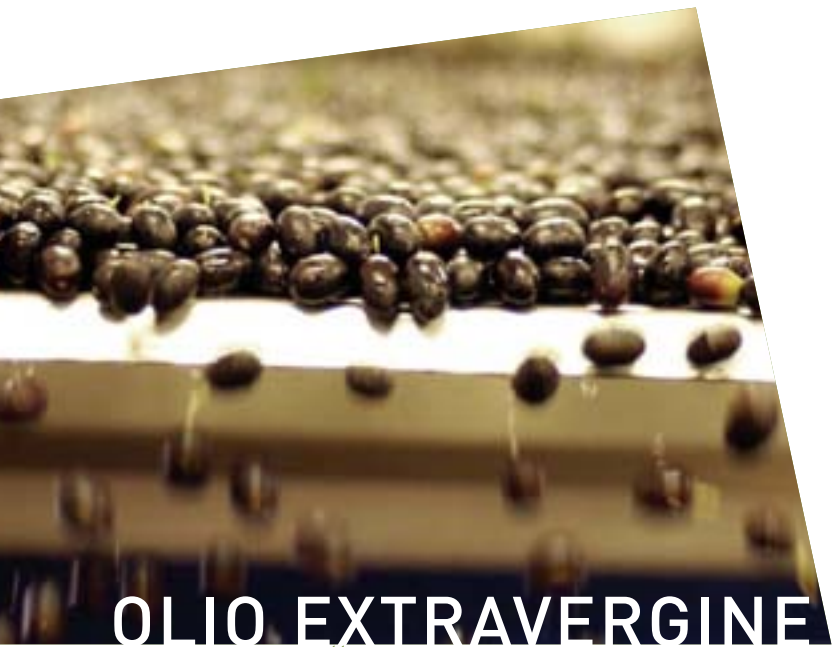
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA



OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA DOP SABINA

L'olivo è coltivato in Sabina da millenni, tracce dell'uso dell'oliva risalgono al VI-VII secolo a.C. Il clima temperato e l'esposizione a sud della zona creano le condizioni ideali per la coltivazione dell'olivo. L'olio d'oliva extra vergine DOP Sabina, che si produce in un territorio a nord-est di Roma che comprende anche comuni della provincia di Rieti, deve essere ottenuto dalle seguenti varietà di olive presenti, da sole o congiuntamente, negli oliveti: Carboncella, Leccino, Raja, Pendolino, Frantoio, Moraiolo, Olivastrone, Salviana, Olivago e Rosciola per almeno il 75%.

Le caratteristiche organolettiche sono colore giallo - verde con sfumature oro, odore di fruttato, sapore fruttato, vellutato, uniforme, aromatico, dolce, amaro e piccante per gli oli freschissimi e chiaramente non deve presentare difetti; per le caratteristiche chimiche ricordiamo che deve avere una "acidità" al di sotto dello 0.6 ed un numero di perossidi non superiore a 14 Meq O₂/Kg. La Camera di Commercio di Roma, che contrassegna le confezioni della di olio DOP Sabina con il proprio logo, è l'Autorità Pubblica di Controllo che attraverso la sua struttura tecnica-scientifica, con pluriennale esperienza nella certificazione prodotto, garantisce la qualità e la provenienza della produzione DOP Sabina.



OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA "SORATTE"

Le olive devono essere prodotte nel territorio dei comuni di Sant'Oreste, Ponzano Romano, Nazzano, Torrita Tiberina, Civitella San Paolo, Filacciano, Fiano Romano, Capena, Rignano Flaminio, Morlupo, Castelnuovo di Porto, Riano, Campagnano di Roma, Formello, Mazzano Romano, Magliano Romano, Sacrofano.

L'olio, ottenuto dalle varietà sirola, reale, leccino e frantoio, presenta le seguenti caratteristiche: colore giallo oro, odore e sapore fruttato leggero, aromatico e dolce.

L'olio Soratte che ormai ha ottenuto il riconoscimento dal Ministero per le Politiche Agricole, Alimentari e Forestali è in attesa del riconoscimento DOP dall'Unione Europea.



OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA "TERRE TIBURTINE"

Le olive devono essere prodotte nel territorio dei comuni di Casape, Castel Madama, Castel S. Pietro (parte), Ciciliano, Cineto Romano, Licenza, Mandela, Pisoniano, Poli, Roccagiovine, Roma (parte - loc. S. Vittorino), S. Gregorio da Sassola, S. Polo (parte), Sambuci, Tivoli e Vicovaro. L'area di produzione è particolarmente ideale per la produzione olivicola che viene realizzata nella fascia altimetrica compresa tra i 90 e 500 m s.l.m. su un suolo di origine prevalentemente prevulcanico roccioso e ciottoloso. La produzione oleicola dell'area è nota fin dai tempi remoti, al punto che scrittori latini quali Columella, Plinio e Marrone esaltarono la fertilità dei suoli Tiburtini e la qualità di "Oleum Tiburtinum" tanto che l'Imperatore Adriano volle che la sua famosa villa imperiale si adagiasse tra due oliveti delle Terre Tiburtine ancora presenti nell'area archeologica. All'atto dell'immissione al consumo l'olio deve rispondere alle seguenti caratteristiche: colore giallo oro con sfumature verdi; odore di fruttato; sapore fruttato con sensazione di amaro e piccante; acidità massima totale espressa in acido oleico, in peso, non eccedente grammi 0,6 per 100 g di olio. L'olio deve essere ottenuto dalle varietà di olivo presenti negli oliveti congiuntamente o disgiuntamente per almeno il 10% dalle seguenti varietà autoctone: Montanese, Brocanica, Rosciola e Rotonda di Tivoli; per un massimo del 90% potranno essere presenti congiuntamente o disgiuntamente varietà di: Carboncella, Frantoio, Leccino, Pendolino, Itrana e Olivastro. di olive in olio non può superare il 25%.

Per l'estrazione dell'olio sono ammessi solo processi meccanici e fisici atti a garantire l'ottenimento di oli esenti da alterazione. Le olive devono essere sottoposte a lavaggio tramite lavatrice.

È stata avviata l'istanza di riconoscimento della DOP "Terre Tiburtine".



OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA CASTELLI ROMANI

Le olive devono essere prodotte nel territorio dei comuni di Albano Laziale, Ariccia, Castel Gandolfo, Ciampino, Colonna, Frascati, Genzano di Roma, Grottaferrata, Lanuvio, Marino, Montecompatri, Monte Porzio Catone, Nemi, Rocca di Papa, Rocca Priora, San Cesareo, Velletri, Ardea, Pomezia, Roma. I terreni in cui è coltivato l'olivo sono generalmente di origine vulcanica, sciolti e permeabili. L'olio deve essere ottenuto dalle varietà carboncella, frantoio, itrana, leccino, moraiolo, pendolino e rosciola, varia dal colore giallo oro al verde ed ha un sapore fruttato dolce, mentre l'olio freschissimo ha un sapore amaro.

È stata avviata l'istanza di riconoscimento della DOP.

I PRODUTTORI DELLA CAMPAGNA ROMANA

ACPO Scarl Associazione Ciociaria Produttori Olio

Via Madonna della Neve, 7
03100 Frosinone (FR)
tel. 0775 870206 - fax 0775 820471
mail: acpofr@tin.it
web: www.associara.com

- Olio extravergine di oliva

Agricoltura Nuova Cooperativa Sociale Integrata

Via Valle di Perna, 315
00129 Roma
tel. 06 5070453 - fax 06 5080009
mail: agricolturanuova@tin.it
web: www.agricolturanuova.it



- Caciofiore della Campagna Romana
- Pressato a Mano di Columella
- Ricotta di Pecora
- Crema di Latte, anche aromatizzata
- Selezione di formaggi di pecora aromatizzati con il pepe nero della Malesia
- Yogurt
- Dolci
- Ortaggi sott'olio

(Vendita diretta presso la sede aziendale;
produzione biologica)

Amadei s.r.l.

Via Tuscolana km 15,700
00044 Vermicino (RM)
tel. 06 72650329 - fax 06 72650582

- Prodotti da forno
- Pani speciali
- Pasticceria secca

Apicoltura Mazzotti Roberto

Via delle Albicocche, 4
00040 Pomezia (RM)
tel. 06 9145754 - fax 06 9145754
mail: mazzottibee@virgilio.it
web: www.apiculturamazottotti.it



- Mieli e prodotti dell'alveare
(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Associazione Panificatori di Roma e Provincia

Via Properzio, 5
00193 Roma
tel. 06 68210180 - fax 06 68803443

- Pane di Lariano
- Pizza Bianca di Roma

Azienda Agricola Acquaranda

Via dello Sboccatore, 8
00069 Trevignano Romano (RM)
tel. 06 9985301 - fax 06 9985301
mail: acquaranda@tiscalinet.it



- Caciofiore della Campagna Romana
- Pressato a Mano di Columella
- Formaggi di pecora freschi e stagionati, anche aromatizzati
- Selezione di formaggi di pecora aromatizzati con il pepe nero della Malesia
(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Altobelli

Via Dante Alighieri, 23
00010 Montelibretti (RM)
tel 0774 609221 - fax 0774 609221
mail: info@aurumsabinae.it
web: www.aurumsabinae.it



- **Olio extravergine di oliva**
DOP Sabina "Aurum Sabinae"
(Vendita diretta presso la sede aziendale;
vendita per corrispondenza)

Azienda Agricola Biologica Augusto Spagnoli

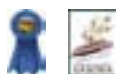
Località Chiusagrande in Sabina
00017 Nerola (RM)
tel. 0774 644047 - fax 0774 683040



- **Olio extravergine di oliva**
DOP Sabina "DOP Sabina"
(Produzione biologica;
vendita presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Biologica Tre Colli

Via Carolano, 20
00010 Montelibretti (RM)
tel. 0774 608080 - fax 06 233207310
mail: info@trecolli.it
web: www.trecolli.it



- **Confetture di frutta e ortaggi**
(Produzione biologica;
vendita presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Capodarco s.c.a.r.l.

Via San Nilo, 10
04020 Grottaferrata (RM)
tel. 06 94315320 - fax 06 94549191
mail: coop.agric.capodarco@libero.it;
grottaferrata@capodarco.it
web: www.agricolturacapodarco.it



- **Olio extravergine di oliva biologico**
(Vendita presso sede aziendale;
vendita presso il punto vendita a Roma,
in via Orvieto; produzione biologica)

Azienda Agricola Casale Mattia

Via Monte Mellone, 19
00044 Montecompatri (RM)
tel. 06 9426249 - fax 06 9422626
mail: info@casalemattia.it
web: www.casalemattia.it



- **D.O.C Frascati**
(Vendita diretta presso la sede aziendale;
produzione biologica)

Azienda Agricola Castel de Paolis

Via Val De Paolis snc
00046 Grottaferrata (RM)
tel. 06 9413648 - fax 06 9413648
mail: info@casteldepaolis.it
web: www.castedepaolis.it



- **D.O.C Frascati**
(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Ceccarelli S.S.

Via Piave 7

02030 Canneto Sabino (RI)

tel. 0765 34036 - fax 0765 34036

mail: oleificioceccarelli@yahoo.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Colle San Lorenzo"

Azienda Agricola Fagiolo di Laura e Antonella Fagiolo S.a.S.

Via Arci, Passo Corese

02036 Fara Sabina (RI)

tel 0765 487036 - fax 0765 488513

mail: laurafagiolo@tiscalinet.it

web: www.laurafagiolo.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Cru di Cures"
- (Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola F.lli Rosati Ermanno e Francesco

Via Fareense, 166 - Fraz. Coltodino

02030 Fara in Sabina (RI)

tel. 0765 387051 - fax 0765 387909



- Olio extravergine di oliva
- (Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola La Camosciata

Via Capranica, 11

03030 Campoli Appennino (FR)

tel. 0776 884085 - fax 0776 884085

mail: lacamosciata@libero.it

web: www.lacamosciata.com



- Marzolina di Capra
 - Ricottina di Capra Secca
 - Caciottina di Capra
- (Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola La Collinetta

Via della Falcognana, 30

00134 Roma

tel. 06 7138084 - fax 06 7138084

mail: lacollinetta@quipo.it



- Primo Sale, anche aromatizzato
 - Formaggi vaccini a latte crudo e pastorizzato,
anche aromatizzati
 - Ricotta, anche aromatizzata
 - Mozzarella e Ciliegine
- (Vendita presso sede aziendale;
produzione biologica)

Azienda Agricola "La Gentile di Caprarola" dei F.lli Lupino

Via A. Passini, snc

01032 Caprarola (VT)

tel. 0761 647128 - fax 0761 647128

- Conserve di Frutta

Azienda "La Mola" di Billi Anna Maria

Vocabolo Mercato Vecchio
Castelnuovo di Farfa (RI)
tel. 0765 36388 - fax 0765 36381
mail: lamola.billi@tiscali.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "La Mola"

Azienda Agricola Laura De Parri

Loc. Cerrosughero S.S. 312, km 22,600
01011 Canino (VT)
tel. 0761 439029 - fax 0761 439029
mail: lauradeparri@libero.it
web: www.cerrosughero.com



- Olio extravergine di oliva
DOP Canino "Azienda Agricola Cerrosughero"
(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Azienda Agricola L'Olivella

Via di Colle Pisano, 5
00044 Frascati (RM)
tel. 06 9424527 - fax 069425333
mail: info@racemo.it
web: www.racemo.it



- Doc Castelli Romani
- Doc Frascati
(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Maggiarra Impero

Via Capitano Vincenzo Pellegrini, 10
04010 Sonnino (LT)
tel. 0773 98019 - fax 0773 98974
mail: maggiarra.impero@libero.it



- Olio Extravergine di Oliva
da Agricoltura Biologica
(Produzione biologica)

Azienda Agricola Magrini Sisto

Vocabolo Carpinete, 45
02049 Torri in Sabina (RI)
tel. 0765 62081 - fax 0765 62381
mail: info@collemagrini.it
web: www.collemagrini.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Colle Magrini"
(Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola Mezzabarba Alessandro

Via S. Magno, 61
01010 Farnese (VT)
tel/fax 0761 458368
mail: azienda@oliomezzabarba.it
web: www.oliomezzabarba.it

- Olio extravergine di oliva biologico
(Produzione biologica)

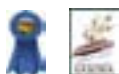
Azienda Agricola Norcia Giuseppe

Str. Sasso San Pellegrino
01100 Viterbo (VT)
tel. 0761 461291 - fax 0761 461940

- Olio extravergine di oliva

Azienda Agricola Petrucci Socrate

Via Lucio Tuccio Snc
02032 Fara in Sabina (RI)
tel. 0765 39784 - fax 0765 9431192
mail: spetrucci@ol2000.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Petrucci"

(Vendita presso sede aziendale;
vendita per corrispondenza)

Azienda Agricola Pitzalis Sergio

Via Settevene Palo, 39
00062 Bracciano (RM)
tel. 06 9987072 - fax 06 9987072



- Caciofiore della Campagna Romana
- Pressato a Mano di Columella
- Formaggi di pecora freschi e stagionati,
anche aromatizzati
- Selezione di formaggi di pecora aromatizzati
con il pepe nero della Malesia

(Vendita diretta presso la sede aziendale)

Azienda Agricola Proietti

Via Maremmana Superiore km 2,800
00035 Olevano Romano (RM)
tel. 06 9563376 - fax 06 9563376
mail: agricolaproietti@yahoo.it



- D.O.C Cesanese di Olevano Romano

Azienda Agricola Silvi Sabina Saporì

Strada Ponte delle Tavole, snc
Località Stazzano
00018 Palombara Sabina (RM)
tel. 0774 635423 - fax 0774 635423
mail: silvisabinasapori@libero.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "DOP Sabina Silvi Sabina Saporì"

Azienda Agricola Sole Sabino di Francesca Pingi

Vocabolo Mercato Vecchio
02031 Castelnuovo di Farfa (RI)
tel. 0765 36385 - fax 0765 36881
mail: f.pingi@tiscali.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Sole Sabino"
- (Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola Stocchi Domenico

Via Viesci, 41

02016 Albaneto di Leonessa (RI)

tel. 0746 925056 - fax 0746 925056



- Caciofiore della Campagna Romana
- Pressato a Mano di Columella
- Formaggi di pecora freschi e stagionati, anche aromatizzati
- Selezione di formaggi di pecora aromatizzati con il pepe nero della Malesia
(Produzione biologica)

Azienda Agricola Tenuta Cesarina

Via della Cesarina, 212

00139 Roma

tel. 06 41400393 - fax 06 41400436

mail: coopagricapodarco@libero.it

- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Raro di Villa"
- Olio extravergine di oliva "Oro dei Cesari"
(Produzione biologica)

Azienda Agricola Tenuta Massimi

Via dei Colli, Snc

00018 Palombara Sabina (RM)

tel. 0774 635574 - fax 0774 635574

mail: d.massimi@tiscali.it



- Olio extravergine di oliva DOP Sabina
(Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agricola Valle D'Itri

Contrada Raino, 32

04020 Itri (LT)

tel. 0771 311042 - fax 0771 311042

mail: info@valleditri.it

web: www.valleditri.it

- Olio extravergine di oliva Valle d'Itri

Azienda Agrituristica e Frantoio Battaglini

Via Cassia km 111,700

01023 Bolsena (VT)

tel. 0761 798847 - fax 0761 798847

mail: oliodibolsena@frantoiobattaglini.it

web: www.frantoiobattaglini.it

- Olio extravergine di oliva
della Tuscia "Affiorato"
(Vendita presso sede aziendale)

Azienda Agro Olivicola "Isoletta a Buon Riposo"

Via Riserva Nuova, 56

04011 Aprilia (LT)

tel. 06 9268144 - fax 06 9268144

mail: oliobonriposo@tiscali.it

web: www.bonriposo.com



- Olio extravergine di oliva "Bon Riposo"
(Vendita per corrispondenza)

Azienda Vinicola Federici

Via Sant'Apollaria Vecchia, 30
00039 Zagarolo (RM)
tel. 06 95461022 - 06 95461184 - fax 06 95461184



- D.O.C Zagarolo
 - D.O.C. Castelli Romani
- (Vendita diretta presso la sede aziendale)

Caseificio De Juliis

Via Giovanni Gregorio Mendel, 151
00134 Roma
tel. 06 7139146 - fax 1782207362
mail: info@caseificiodejuliis.it
web: www.caseificiodejuliis.it



- Caciofiore della Campagna Romana
 - Pressato a Mano di Columella
 - Ricotta Romana Dop
 - Giuncata
 - Formaggi di pecora freschi e stagionati, anche aromatizzati
 - Selezione di formaggi di pecora aromatizzati con il pepe nero della Malesia
- (Vendita presso sede aziendale)

Cecchini Virgilio

Via Merulana, 85/86/87
00185 Roma
tel. 06 70453457 - fax 06/77207535
mail: cecchinivirgilio@tin.it



- Norcineria Tipica Romana
 - Selezione di salumi realizzati con il pepe nero della Malesia
- (Vendita presso sede aziendale)

Consorzio Produttori Vini di Velletri (CO.PRO.VI.)

Via Pontina km 55,400
04010 Campoverde di Aprilia (LT)
tel. 06 92900017 - fax 06 92980020
mail: info@cantinecoprovi.it
web: www.cantinecoprovi.it



- D.O.C Velletri
- D.O.C Frascati
- D.O.C Castelli Romani

Cooperativa Olivicola dell'Alta Sabina di Poggio Moiano

Via Licinese, Snc
02037 Poggio Moiano (RI)
fax 0765 875142



- Olio Extravergine di Oliva DOP Canino Biologico

Cooperativa Olivicola Sociale Le Mosse

SS. Cassia snc, loc. Processione
Montefiascone (VT)
tel 0761 824440 - fax 0761 824440
mail: mosse@libero.it

- Olio extravergine di oliva

Cose dell'altro pane

Via Casale di San Michele, 13
00135 Roma
tel 06 3385736 - fax 06 97258291
web: www.cosedellaltropane.com
mail: info@cosedellaltropane.com

- Prodotti da Forno e Dolci per celiaci
(Biscotti a Cuore, Occhio di Bue, Biscotti al
Cioccolato, Tortine Cioccolato e Pistacchi,
Tortine di Nocciole, Cantucci alle Mandorle,
Brutti ma Buoni, Pandoro, Panettone)
(Vendita presso sede aziendale)

De Angelis s.r.l.

Via Taschini, 11
01033 Borghetto di Civita Castellana (VT)
tel. 0761 540733 - fax 0761 540733

- Creme spalmabili alle nocciole
(Produzione biologica)

Domenici Antonella

Via Dei Cerasari, 62
00018 Palombara Sabina (RM)
tel. 0774 634908 - fax 0774 634908
mail: antonelladomenici@libero.it



- Olio Extravergine di Oliva Sabina Dop
(Vendita presso sede aziendale)

Forno A. Colapicchioni

Via Tacito, 76/78
00193 Roma
tel. 06 3215405 - fax 06 3224263
mail: a.colapicchioni@tin.it
web: www.colapicchioni.it



- Pasticceria secca
- Panpepato con il pepe nero della Malesia
(Vendita presso sede aziendale)

Frantoio Archibusacci Giovanni & figli S.r.l.

Via del Boschetto, 3
01011 Canino (VT)
tel. 0761 437213 - fax 0761438728
mail: ggf@archibusacci.com
web: www.archibusacci.com



- Olio extravergine di oliva
"DOP Canino"

Frantoio Arturo Archibusacci

Via di Corneto, snc
01011 Canino (VT)
tel. 0761 437202 - fax 0761437832
mail: archibusacci@archibusacci.com
web: www.archibusacci.com



- Olio extravergine di oliva
"DOP Canino Archibusacci"

Greed

Via Vestricio Spurinna, 97-99
00175 Roma
tel. 347 6236679 - fax 06 95469592

- Gelato artigianale realizzato con ingredienti della Campagna Romana (kiwi, miele, ricotta di pecora)

Il Molino di Sciuga F. Torzilli M. S.S.

Via del Lago, km 5
00127 Montefiascone (VT)
fax 06 3332290
mail: info@oliodelmolino.it
web: www.oliodelmolino.it



- Olio extravergine di oliva DOP Toscana "Il Molino"

Il Norcino di Vito Bernabei

Corso Vittoria Colonna, 13
00047 Marino (RM)
tel. 06 9387897 - fax 06 9387897
mail: info@il-norcino.it
web: www.il-norcino.it

- Mazzi ripieni
- Coppa di testa

Il Tulliano di Francesca De Angelis

Via Tulliano, 54
02040 Cantalupo in Sabina (RI)
tel. 0765 514056 - fax 0765 514056
mail: iltulliano@libero.it
web: www.iltulliano.it



- Olio extravergine di oliva DOP Sabina "Il Tulliano" (Vendita presso sede aziendale)

L'Arte Bianca s.n.c. di Capuani Roberto

Viale Madonna di Fatima, 40
00060 Mazzano Romano (RM)
tel. 06 9049759 - fax 06 9049759

- Pizzarelle di ricotta

Magnetruria Srl

Via Sant'Antonio, 53
01030 Vasanello (VT)
tel. 0761 408312 - fax 0761 408312
mail: info@magnaetruria.com
web: www.magnaetruria.com

- Olio extravergine di oliva della Toscana "Comasta"
- Olio extravergine di oliva della Toscana "Tarkun"
- Olio extravergine di oliva della Toscana "Oro di Toscana"

Olearia Laziale 2000 Srl

Via Spirito Santo, 7
02032 Fara in Sabina (RI)
tel. 0765 680013 - fax 0765 39696
mail: info@ol2000.it
web: www.numapompilio.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Numa Pompilio"
(Vendita presso sede aziendale)

Oleificio Taruffi

Via Zuccari, 202
01100 Bagnaia (VT)
tel. 0761 288923 - fax 0761 288923

- Olio extravergine di oliva

Oleum Sabinae s.a.s.

Via delle Terre Sabine, 2
00010 Montelibretti (RM)
tel. 0774 608049 - fax 0774 608049
mail: oleum.sabinae@libero.it
web: www.oliodioliva.it



- Olio extravergine di oliva DOP Sabina
(Vendita presso sede aziendale)

Forno Oreste Molinari

Via Gioberti, 10
00044 Frascati (RM)
tel. 06 9417847 - fax 06 9426692

- Biscotteria tipica dei Castelli Romani

Pane di Lariano s.a.s. di Angeloni Paolo P. & C.

Via di Casale, 7
00040 Lariano (RM)
tel. 06 647191 - fax 06 647191

- Pane di Lariano

Panificio Ferruzzi Franca

Via Italo Berardi, 11/13
00045 Genzano (RM)
tel. 06 9396113 - fax 06 9396113
mail: ferruzzi@ferruzzifranca.191.it



- Pane Casereccio di Genzano IGP
(Vendita presso sede aziendale)

Panis Naturae

Via Romanello da Forlì, 19 b
00176 Roma
tel. 06 273863 - fax 06 27868870
mail: panisnaturae@libero.it



- Pani Speciali
(Vendita presso sede aziendale;
produzione biologica)

Riserva della Cascina

Via F.lli Wright, 12
00043 Ciampino (RM)
tel. 06 7917221 - fax 06 7917221
mail: riservadellacascina@inwind.it



- Marino Superiore D.O.C.
 - Castelli Romani D.O.C. rosso
- (Vendita diretta presso la sede aziendale;
produzione biologica)

Sabinum s.r.l.

Via Forense, Snc Coltodino
02030 Fara in Sabina (RI)
tel. 0765 387159 - fax 0765 387159
web: infoclienti@sabinum.com
mail: www.sabinum.com



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Sabinum"
- (Vendita presso sede aziendale)

SAITA Vini Pallavicini

Via Casilina km 25,500,
00030 Colonna (RM)
tel. 06 9438027 - fax 06 9438027
mail: saitacolonna@vinipallavicini.com
web: www.vinipallavicini.com



- Frascati D.O.C. Superiore
 - Malvasia Puntinata Igt Lazio
 - Igt Lazio Bianco
- (Vendita diretta presso la sede aziendale)

Salumificio Castelli

Via di Grotte Portella, 9
00044 Frascati (RM)
tel. 06 9409485 - fax 06 9409526
mail: info@castellisalumi.it
web: www.castellisalumi.it



- Tronchetto porchettato
 - Coppiette suine
- (Il salumificio dispone di due punti vendita
nel centro di Frascati)

Salus Srl

Via Prato della Fonte, 19
00010 Montorio Romano (RM)
tel. 0774 62602 - fax 0774 62602
mail: giulio.ponzani@libero.it



- Olio extravergine di oliva
DOP Sabina "Mons Aureus"
- (Vendita presso sede aziendale)

Società Agricola Colli Etruschi

Via degli Ulivi, 2
01010 Blera (VT)
tel. 0761 470469 - fax 0761 470469
mail: collietruschi@collietruschi.it
web: www.collietruschi.it



- Olio extravergine di oliva "Colli Etruschi"
- (Vendita presso sede aziendale;
vendita per corrispondenza)

Soc. Cooperativa Olivicola di Canino a.r.l.

Via Montalto, km 18
01011 Canino (VT)
tel. 0761 438095 - fax 0761 433042
mail: coopolivicolacanino@libero.it



- Olio extravergine di oliva
Sapori di Terra Etrusca DOP Canino

Soc. Coop. Unione Agricoltori Itrani

Via Padovani, 40
04020 Itri (LT)
tel. 0771 727928
mail: unagri@unagri.com

- Olio monovarietale extravergine di Itrana

Tenuta Agricola

Colle Arcone di Scipioni Enrico

Via Colonneta, 2
02034 Montopoli Sabino (RI)
tel. 0765 279017 - fax 0765 279017
mail: collearcane@virgilio.it



- Olio extravergine di oliva DOP Sabina
(Vendita presso sede aziendale)

Tenuta Filonardi di Filonardi Luigi

Via Rotondi, 273
03029 Veroli (FR)
tel. 0775 853660 - fax 0775 812370
mail: luigifilonardi@alice.it



- Olio extravergine di oliva "Hernicum"

Tenuta Le Quinte

Via Marmorelle, 91,
00040 Montecompatri (RM)
tel. 06 9438756 - fax 069438694
mail: lequinte@rdn.it
web: www.lequinte.com



- D.O.C. Montecompatri Colonna

Vittorio Campisano

Via Pascolaretto, Snc, Cretone
00018 Palombara Sabina (RM)
tel. 0774 615810 - fax 0774 615810
mail: campisanovittorio2002@yahoo.it
web: www.vittoriocampisano.it



- Olio Extravergine di Oliva DOP Sabina
(Vendita presso sede aziendale)

Zoffoli Umberto - I dolcetti di Mirella

Via Roma, 49-53
00047 Marino (RM)
tel. 06 9387055 - fax 06 93802054

- Biscotteria tipica dei Castelli Romani

Legenda:



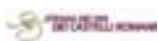
Premiato nel Concorso
per i migliori Oli Extravergine
di oliva del Lazio 2006



Azienda presente nel portale
www.romaincampagna.it



Associato alla Strada dell'Olio
e dei Prodotti Tipici della Sabina



Associato alla Strada
dei Vini dei Castelli Romani



Associato alla Strada
del Vino del Cesanese

PER L'ASSOCIAZIONE PER LA GESTIONE DELLA STRADA DEI VINI DEI CASTELLI ROMANI

Via de' Burrò, 147
00186 Roma
tel. 06 69792401 - fax 06 6794845

- Castel De Paolis
- Azienda Agricola Cavalieri
- Azienda Agricola Casale Mattia
- Strade Vigne del Sole
- Colle di Maggio

PER IL CONSORZIO DI TUTELA DENOMINAZIONE FRASCATI

Viale Aldo Moro, 3
00040 Monte Porzio Catone (RM)
tel. 06 9448628 - fax 06 9448591

- Alma Vini
- Azienda Agricola Casale Marchese
- Azienda Agricola Casale Mattia
- Azienda Agricola Casale Vallechiesa
- Azienda Agricola La Selvina
- Azienda Agricola L'Olivella
- Azienda Agricola Valpignola
- Azienda Agricola Tenuta di Pietra Porzia
- Cantina Cerquetta di Vincenzo Ciuffa
- Cantina Produttori Frascati San Matteo
- Cantina San Tommaso
- Cantina Sociale di Monte Porzio Catone
- Cantina Villafranca
- Cantine Nicolini
- Cantine SAITA - Pallavicini
- Cantine San Marco
- Cantine Silvestri
- Cantine Colpetti
- Casalgentile Vini
- Co.Pro.Vi.
- Ferri Gino
- Fontana di Papa Vini d'Italia
- G.I.V. - Fontana Candida
- Gotto D'Oro
- Santa Benedetta

