

LA SICILIA

È la regione più grande d'Italia e tra le più popolate (inferiore solo alla Campania e alla Lombardia). Dal punto di vista gastronomico, la Sicilia è un'isola ricca e fantasiosa, grazie alle grande disponibilità di materia prima e alla millenaria tradizione culinaria, plasmata dalle influenze greche, arabe, normanne e spagnole.

L'economia agricola dell'isola offre un panorama sterminato di prodotti ortofrutticoli. Si coltivano con tecniche d'avanguardia tutte le migliori varietà di agrumi (aranci, pompelmi, limoni, mandarini, mandaranci, tangel, mapi, cedri ecc.), pomodori (rinomati quelli di Pachino), zucchine, melanzane e molti altri ortaggi qualitativamente molto pregiati. Per non parlare della produzione di olive da olio e cerealicola, con le coltivazioni di grano duro. Vi è poi il versante zootecnico, che comprende l'allevamento di bovini, ovini e caprini, diffuso un po' ovunque. Non meno valido è l'allevamento dei suini, che nelle zone centrali dell'isola si nutrono con ghiande e fichi d'India. Tale abbondanza di animali favorisce una solida attività casearia, che annovera tra i suoi prodotti anche formaggi di notevole pregio, come il caciocavallo ragusano e tutta una serie di pecorini freschi e stagionati.

Un cenno importante merita la pesca, che a Mazara del Vallo ha da secoli il suo epicentro produttivo. Dal mare siciliano arriva di tutto, dal pesce azzurro (tonni, sgombri, alici, sarde) alle varietà più pregiate (pesce spada, sogliole, branzini, orate, dentici, cernie ecc.), dai molluschi più comuni (seppie, calamari, totani) ai crostacei ricercati (astici e aragoste). In Sicilia è molto sviluppata l'attività conserviera dei prodotti del mare (tonno in scatola, sarde, sgombri, bottarga ecc.) ma un notevole incremento si è visto anche in quella delle conserve vegetali.

Un'ultima annotazione riguarda la pasticceria e la gelateria siciliane, che vantano un repertorio dolciario di antichissima tradizione (cannoli, cassate, frutta candita, marzapane ecc.), conosciuto anche al di fuori dei confini nazionali.

Trapani

La cucina trapanese è soprattutto di stile marinaro. Si possono gustare tutte le preparazioni tipiche a base di pesci, crostacei e molluschi. Aragoste, astici, scampi, cappelletti (e altri ancora) sono abbondantemente impiegati per condire paste asciutte o assortire grigliate saporitissime. Nella gastronomia trapanese spicca il *cuscusu*, versione siciliana del cuscus tunisino, dal quale si diversifica per l'impiego del sugo di pesce, anziché del pollo e del montone. Molte sono anche le ricette che utilizzano conserve ittiche, come la bottarga.

Caltanissetta

Si tratta di una cucina contadina e legata ai prodotti tipici della zona. Molto rinomate sono le preparazioni a base di *selvaggina* stanziale e di passo. Ricordiamo le *lepri*, le *pernici* e le *anatre*, preparate in diverse modalità. Specialità dolciarie sono i *tocchetti*, dei torroncini di grande effetto scenico.

Palermo

A Palermo si può degustare tutta la cucina tradizionale siciliana. Famosa è la *pasta con le sarde*, ma i condimenti usati possono essere innumerevoli: *pasta 'cca muddica* (con la mollica di pane), *pasta 'cchi masculini* (con le alici piccole), *pasta con il riquagghiu* (ricorda la pasta alla carbonara), *pasta 'casciata* (un timballo di pasta riccamente farcito). Anche le minestre siciliane sono molto saporite, come il *maccu di fave* (ricorda la 'ncapriata pugliese), o la *cuccia*, a base di grano bollito insaporito con l'olio. Tra le pietanze spiccano le *acciuغه all'arancia*, il *caciocavallo all'argentiera* (piatto di cacio fritto simile al saganaki greco), il *nasello alla palermitana*, la *vuccirìa* (panetti di ceci), il capretto, cucinato arrosto insieme alle patate.

Agrigento

La cucina agrigentina, come tutta quella siciliana, è ricca di verdure preparate in maniere diversissime. Oltre alla *pasta con le sarde*, nella versione locale (diversa da quella palermitana), si possono assaggiare molti altri piatti della tradizione isolana tra i quali emergono la *caponata di verdure* e il *farsumagru* (falsomagro), un arrosto di vitello riccamente farcito con uova, formaggio e prosciutto.

Messina

Si tratta di una cucina votata al mare e ai suoi prodotti. Tra questi domina il *pesce spada*, che viene preparato *alla ghiotta*, con il *salmoriglio* (salsa calda a base di olio di oliva e aggiunta di aromi vari), e ai ferri. Tra le altre preparazioni vegetariane, ricordiamo la pasta con le melanzane, le melanzane ripiene, il *maccu di fave* (tipico passato di legumi).

Ragusa

La cucina ragusana si identifica con quella dell'isola intera. Oltre ai piatti più noti, vanno ricordati gli *sfinciuni*, una focaccia morbida ricoperta da cipolla, formaggio e acciuغه, e lo *sciuseddu*, una minestra tipica che ricorda i passatelli romagnoli.

Enna

È la cucina dell'entroterra isolano, legata ai prodotti della terra e della pastorizia, insaporita con aromi orienteggianti portati dalle varie colonizzazioni. Domina il gusto agrodolce, come nei *macchenmi caserecci*, insaporiti con zucchero e cannella. I medesimi aromi si ritrovano anche nelle *lasagne ricce*. Come pietanze spiccano le costolette alla siciliana, il *falsomagro* e le *melanzane alla parmigiana*.

Catania

Oltre alla tradizionale cucina isolana, a Catania si possono gustare la famosa *pasta alla Norma* (dedicata all'omonima opera di Bellini), fatta con melanzane fritte, pomodoro e ricotta, e il *ripiddu nevicato*, un piatto di recente ideazione che riproduce in piccolo l'Etna innevato (risotto al nero di seppia, con pomodoro e ricotta). Ottima anche la cucina marinara con le *sarde a beccafico* e quella contadina dell'entroterra con il *capretto ripieno di Randazzo*.

Siracusa

La cultura gastronomica siracusana è costituita in ugual misura da piatti a base di pesce e da piatti a base di carne, verdure e materie prime correlate alle attività agropastorali.

La fascia costiera siracusana, affacciata sullo Ionio, è molto pescosa e variegata, e qui si pescano orate, spigole, riccioli, aragoste, gamberi, tonni, pesci spada, tutte le specie di pesce azzurro, saraghi, cernie, dentici, scampi ecc., tutti prodotti ittici che raggiungono in tempo brevissimo le tavole dei siracusani.

Le preparazioni tipiche di quest'area sono il tonno con la cipolla, il pesce spada affumicato, la lampuga fritta all'aceto, i tranci alla matalotta, il polpo bollito, l'agliata di pesce e la ghiotta (zuppa di mare). Il pesce viene spesso anche utilizzato per condire e insaporire primi piatti, come gli spaghetti al nero di seppia, alla bottarga, ai frutti di mare, con ragù di scampi e con acciughe e mollica abbrustolita.

Tra i prodotti a base di carne troviamo la salsiccia artigianale di Palazzolo, salumi e salsicce a base di cinghiale di Buccheri, lo spezzatino alla siciliana, i ravioli di ricotta fatti in casa, il *coniglio alla stimpirata* (ossia coniglio marinato o stimpirato nell'aceto), gli spaghetti con melanzane e zucchine, i *ntuppateddi* (lumache fritte e aromatizzate con pepe e semi di finocchio selvatico), la *'mpanata*, una pasta lievitata e farcita con cavolfiore, olive nere, spicchi d'aglio, formaggio pecorino, acciughe e salsa.

Accanto ai dolci tipici di tutta la Sicilia, nel siracusano si trovano la *giuggiulena* o *cubbaita*, un torrone preparato con sesamo, miele e mandorle, la cassata siracusana che si differenzia da quella palermitana per l'assenza di glassa e per la composizione a strati di pan di Spagna, ricotta e cioccolato, e poi i biscotti dei morti, i quaresimali, le crespelle al miele chiamate benedettine, i gelati alla rosa e al gelsomino.