

gusti forti: sapore di primavera

# Il paradiso dei broccoli

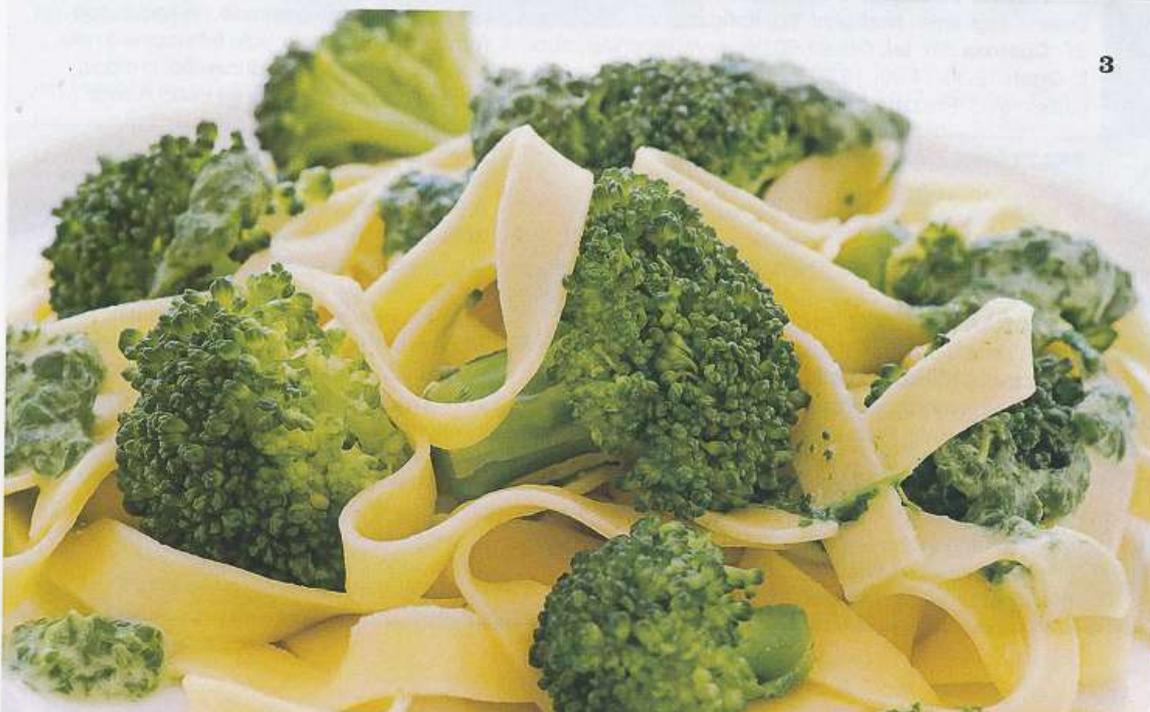
Sono l'“alimento dell'anno”, in Usa. Trionfano nella cucina povera. Fanno benissimo, ma bisogna saperli scegliere. Nei mercati, nelle bettole, con la pasta. Ecco gli indirizzi a colpo sicuro

**Broccoli Forest**, con nuvole di cavolfiore, colline di pane, cascate di zucchero: un'opera dell'inglese **Carl Warner** ([www.carlwarner.com](http://www.carlwarner.com))  
A inizio primavera questa verdura, amata dai salutisti e dagli chef, trionfa al mercato e in trattoria.



**I**mprovvisamente, tutti parlano di loro. I broccoli e il loro vasto parentado sono protagonisti nel 2014. Negli Stati Uniti, dove li adorano (vedere il riquadro a pag. 159), l'Università della Florida li dichiara alimento salutare dell'anno, tanto da ipotizzare in quel Paese fenomeni di accaparramento del prodotto e rialzi dei prezzi. In Italia, Slow Food e altri lanciano il salvataggio di varietà e ricette rare, mentre a Parma lo chef italiano Giorgio Nava (due locali a Cape Town) ha vinto, lo scorso giugno, il Mondiale della Pasta, lanciato da Barilla, con i cavatelli broccoli e fior d'origano. "Confrontavo gli ingredienti con i miei avversari, armati di astice e foie gras, e mi sentivo un poveretto", spiega Nava, "ma cre-

devo alla mia intuizione: puntare su piatti semplici, di stagione, veloci e legati alla terra. La mia pasta la può fare chiunque in mezz'ora; se non si trova l'origano fresco va bene quello essiccato. Nei miei ristoranti, dove i cavatelli sono ormai in menu da un anno, questa pasta costa sei euro". L'inizio della primavera è perfetto per provare questi sapori, quando al mercato le ultime verze e cavoli cappucci si affiancano alle prime cime di rapa, in compagnia di cavolfiori e cavoletti di Bruxelles (tutti "cugini", come si evince dal riquadro a pag. 161). Ottimi soprattutto proprio i broccoli, o broccoletti, anche in varietà regionali tardive, amati dagli chef per la versatilità e dai bambini, perché ricordano più un alberello e meno l'insalata. Ricchi di sali minerali e vitamine, antinfiammatori e depuranti, si portano a casa a meno di un euro al chilo. E si usano per sughi, sfornati, vellutate. A crudo. "Anche i gambi", precisa Nava: "bisogna sceglierli piccoli e giovani ed eliminare la parte superficiale". Mentre l'attrice Katie Holmes i broccoli se li beve frullati a colazione-

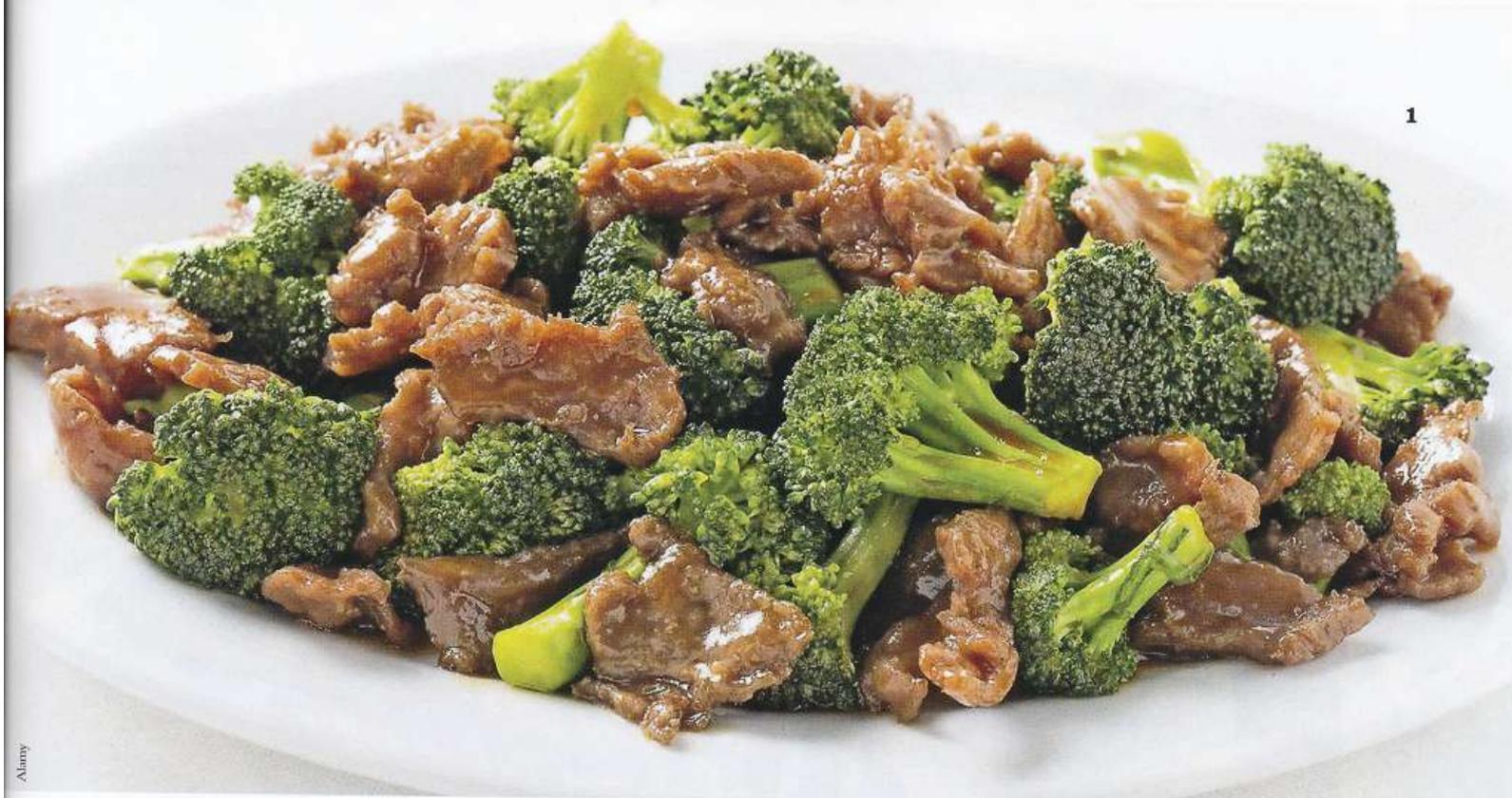


- 3**
1. Spaghetti broccoli e salsiccia e broccolo romano affogato, dall'**Osteria della Ricciotta di Roma**.
  2. **Nina Maier** e **Martina Muehlhofer** hanno aperto a **Milano** **Green Inc.**, bistrot bio.
  3. **Tagliatelle con i broccoli**: questa verduta nobilita anche un semplice piatto di pasta.

# Dieci indirizzi da non perdere

Neobistrot bio, antiche osterie, Presidi Slow Food, catene fast-green: i templi della verdura. E i loro broccoli rari

	IL LOCALE	BROCCOLI & CO.
	<b>MARZAPANE DOLCE&amp;CUCINA</b> Nuovo, chef a vista, dispensa di piccoli produttori, pranzi fast, cene chic. <b>Indirizzo:</b> v. Velletri 39, <b>Roma</b> , tel. 06. 64.78.16.92, www.marzapaneroma.com. <b>Orari:</b> 13-15, 20-23; dom. 20-23 (mai chiuso). <b>Prezzi:</b> cena 40 €. <b>C/credito:</b> Ae, Mc, Visa.	<b>Le crucifere</b> , con cavoli e broccoli vari, 14 €, <b>lasagnetta con cavolo romanesco e arzilla</b> 14 €, <b>paccheri broccoli e salsiccia</b> 10 €. Altre specialità: linguine cedro, camomilla e vongole, guancia di manzo brasata con sedano rapa.
	<b>L'OSTERIA ROSSO DI SERA</b> Mattoni, camino, caffè con la moka. <b>Indirizzo:</b> via Cavour 18-20, <b>Bernareggio (Mi)</b> , tel. 039.69.02.555, www.osteria-rossodisera.it. <b>Orari:</b> 12-14, 19-22; sab. 19-22; dom. 12-14 (chiuso lun.). <b>Prezzi:</b> 30 €. <b>C/credito:</b> Mc, Visa.	Ottimi il <b>flan di broccoli romaneschi su fonduta delicata</b> , 8 €, e le <b>orecchiette stile "Bari Vecchia" con broccoli, olive nere, acciughe e caciocotta</b> , 9 €. In menu: Risotto al vino rosso, cappello del prete al vino e pasta di salame.
	<b>OSTERIA DELLA RICCIOTTA</b> Neo-osteria chic, tanta Romanità e il vino dell'azienda di famiglia. <b>Indirizzo:</b> via Muzio Clementi 15, <b>Roma</b> , tel. 06.94.51.85.51. <b>Orari:</b> 12.30-15, 19-23.30; sab. 19-23.30 (chiuso dom.). <b>Prezzi:</b> 35 €. <b>C/credito:</b> tutte.	<b>Spaghetti broccoli, salsiccia e pecorino romano</b> 10 €; <b>coniglio alla vignarola con carote, carciofo, cipolline e broccolo</b> 12 €, <b>broccolo soffocato o saltato</b> 5 €. Altre specialità: pasta e ceci, baccalà, uovo in trippa.
	<b>JOIA BISTROT</b> Angolo low cost del locale vegetariano. <b>Indirizzo:</b> via Castaldi 18, <b>Milano</b> , tel. 02.29.52.21.24, www.joia.it. <b>Orari:</b> 12-15, 19.30-23.30, sab. 19.30-23.30 (dom. chiuso). <b>Prezzi:</b> menu completo 10 €, la sera à la carte da 35 €. <b>C/credito:</b> tutte.	<b>Fonduta calda di parmigiano con noci tostate e broccoli</b> e aceto balsamico biodinamico 25 anni. <b>Arborio Gabriele Corti con carciofi, broccoli e rosmarino di Giumaglio</b> , spuma soffice di cavolo rosso e salsa rinfrescante di topinambur.
	<b>LA BRINCA</b> Un casolare con orto nell'entroterra ligure. <b>Indirizzo:</b> via Campo di Ne 58, <b>Ne (Ge)</b> , tel. 0185.33.74.80, www.labrinca.it. <b>Orari:</b> 19.30-21.30; sab. e dom. 12-14, 19.30-21.30 (chiuso lun.). <b>Prezzi:</b> 40 €. <b>C/credito:</b> tutte.	<b>Cuniggiu magro con ratatua di broccoli e verdure</b> . Oppure ravioli di erbe "cu tuccu", sugo di carne aromatico genovese, punta di vitello alle bacche di ginepro, maialetto a cottura lenta all'alloro con le castagne.
	<b>L'OSTERIA DI LAMBRATE</b> Trattoria di quartiere con bar, tanti eventi e cibi a km zero. <b>Indirizzo:</b> via degli Orombelli 18, <b>Milano</b> , tel. 02.70.63.83.10, www.osterialambrate.it. <b>Orari:</b> 12-15, 20-22; sab. 20-22 (chiuso dom.). <b>Prezzi:</b> cena 20-25 €. <b>C/credito:</b> no.	In tavola, <b>spaghetti con broccolo romanesco brasato e bottarga di muggine</b> . Vellutata di zucca con crostino al taleggio di capra e olio alla salvia, risotto alla milanese, baccalà mantecato su polenta alla griglia.
	<b>LOCANDA VECCHIA CUSTOZA</b> Osteria degli artisti negli anni '60. <b>Indirizzo:</b> via Bellavista 37, <b>Custoza (Vr)</b> , tel. 045.51.60.26, www.vecchiacustoza.it. <b>Orari:</b> 12.30-14.30, 19.30-22; dom. 12.30-14.30 (chiuso gio.). <b>Prezzi:</b> 30-40 €. <b>C/credito:</b> tutte.	Il broccoletto si trova <b>fritto, con uova sode, polenta e salame nostrano</b> , nei <b>ravioli con formaggio quartirolo</b> , sulle <b>fettuccine</b> e nella <b>polenta con stracotto di cavallo</b> . In menu, lavarello del Lago di Garda e il luccio in salsa.
	<b>TRATTORIA DE GOBBI</b> Storica, per il fiolaro di Creazzo con le carni alla brace. <b>Indirizzo:</b> via Olmo 52, <b>Creazzo (VI)</b> , tel. 0444.52.05.09, www.trattoriadegobbi.com. <b>Orari:</b> 12.30-14.30, 19.30-22; sab. 19.30-22 (chiuso ven.). <b>Prezzi:</b> 25 €. <b>C/credito:</b> tutte.	<b>Orecchiette con i broccoli, bigoli</b> con i broccoli nell'impasto. Menu completi a tema, dalla pasta ai contorni, nei giorni della <i>Sagra del Broccolo</i> a fine gennaio. E ancora, carne alla brace, pesce alla griglia, baccalà alla vicentina.
	<b>RISTORANTE HOTEL PICCOLO MONDO</b> Cucina trentina con mele e broccoli di Torbole dall'orto di casa. <b>Indirizzo:</b> via Matteotti 108, <b>Torbole (Tn)</b> , tel. 0464.50.52.71, www.hotelpiccolomondotorbole.it. <b>Orari:</b> 12-14.30, 19.30-21.30 (chiuso mar.). <b>Prezzi:</b> 35 €. <b>C/credito:</b> tutte.	Ottima la <b>mousse di broccoli e crostini</b> . Ma va bene anche lessato (bastano sei minuti), sul <b>carpaccio di salada</b> con l'olio del Garda, nei <b>ravioloni</b> , gratinati al forno con il salmerino del Sarca e perfino nel semifreddo al verde per dessert.
	<b>ANTICA TRATTORIA DI PIETRO</b> Dal 1934, ricette con il broccolo aprilico. <b>Indirizzo:</b> corso Italia 8, <b>Melito Irpino (Av)</b> , tel. 0825.47.20.10, www.antica-trattoriadipietro.com. <b>Orari:</b> 12.30-16, 20-23.30 (chiuso mer.). <b>Prezzi:</b> 25-35 €. <b>C/credito:</b> tutte.	<b>Cicatielli con i broccoletti</b> . Tipiche anche le zuppe di cicerchie, scarola e fagioli, fagioli e baccalà. Targato Slow Food, il pacchero rigato con pomodori del piennolo e provolone del monaco.



1. Uno spezzatino con i broccoli saltati in padella. 2. **Giorgio Nava**, chef del 95 Keerom, a Cape Town, e campione mondiale della pasta (con i broccoli). 3. **Fabio Ottaviani** e **Renato Ricciardi** con un menu completo, con il broccolo romano, all'Osteria della Ricciotta di Roma.



ne. Perché broccoli, cavolfiori e simili hanno un bouquet invadente in cottura ma, con un paio di trucchi da cuoco, si argina il problema. Basta aggiungere all'acqua un pizzico di bicarbonato, o posizionare sul coperchio, in corrispondenza dell'uscita del vapore, una tazzina piena di aceto o una fetta di pane imbevuta di aceto. E per salvarne il colore brillante, i broccoli vanno gettati in una ciotola di acqua e ghiaccio a fine cottura. Le ricette? Dove le ha chieste a chef e osti che, in tutta Italia, hanno puntato su questo ingrediente.

## Di lago e di città

L'Osteria di Lambrate, a Milano, era, un tempo, un ristorante peruviano. Poi, nel 2010, l'idea di ricavare in questi spazi un'allegria e colorata trattoria di quartiere – ma anche bar-enoteca, cocktail bar, spazio per eventi e degustazioni – dove le ricette regionali si incontrano con la nuova attenzione alla qualità delle materie prime e ai pro-

dotti locali. Dietro tutto ciò, Alberto Chinca, cultore della stagionalità, della filiera corta, del bio, ma con un'attenzione al gusto e alla sazietà lontane dal vegetarianismo duro e puro. Broccoli, cavoli, verze non mancano, e in questa stagione si declinano, in particolare, negli spaghetti al broccolo romanesco e bottarga. Nuovissimo, moderno e leggero, il **Green Inc.**, bistrot del crudo e del bio. L'hanno voluto così Nina Maier e Martina Muehlhofer, due amiche tedesche imprenditrici del marketing e della finanza, partendo dalla moda del raw food, sempre più diffusa negli Usa e nel Nord Europa. La loro idea è però puntare su un salutismo non punitivo. Tante verdure, tanto bio, ma anche salmone, carne rossa di qualità, piatti evoluti come le lasagnette a crudo, summa della filosofia del locale. Così l'insalata di broccoli crudi ("Solo i fiori teneri", spiega la chef Zohra Bennadji, passata da *MasterChef* Francia) – con mela grattugiata, sedano a fettine, mandorla tostata e una vinaigrette di olio d'oliva, aceto di mele e pepe nero – concede un rinforzo di speck o pollo grigliato. E le crucifere si

## Le ricette: l'oste e il campione

### Spaghetti al broccolo romanesco e bottarga

**Ingredienti per 4 persone:**

- 400 g di spaghetti
- 4 spicchi d'aglio
- 2 peperoncini rossi freschi
- 600 g di broccolo romanesco
- 10 cl di vino bianco secco
- olio extravergine d'oliva
- bottarga fresca di muggine
- sale q.b.

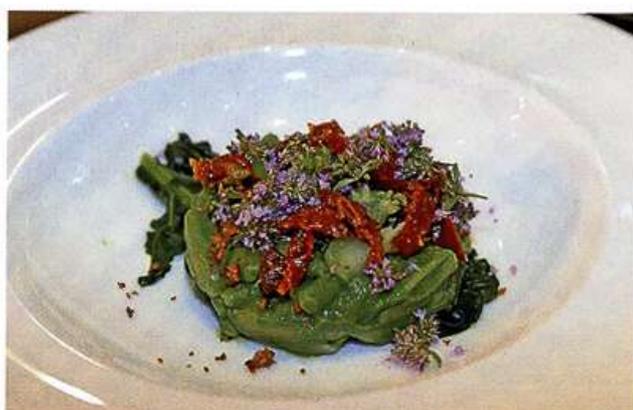


I menu dell'Osteria di Lambrate nascono in continuo dialogo con i produttori del **Parco Agricolo Sud di Milano** e di altre realtà locali. Il riferimento per verdure, riso e salumi è l'azienda agricola **Cascina Lassi di Cerro al Lambro** ([www.cadelassi.com](http://www.cadelassi.com)). La cottura del broccolo romanesco è rigorosamente al vapore per preservarne le sostanze aromatiche e nutritive. Mondare il broccolo romanesco e **cuocerlo al vapore**. Soffriggere aglio, peperoncino e il broccolo nell'olio extravergine e sfumare con il vino bianco. Nel frattempo salare e portare a bollore l'acqua e cuocere gli spaghetti, scolare la pasta due minuti prima del termine di cottura e **saltarla nella padella con il broccolo**. Porzionare sul piatto e **ricoprire a piacere con la bottarga grattugiata**. Vini consigliati in abbinamento: Verdichio di Matelica, Lugana Superiore.  
*Ricetta di Alberto Chinca, dell'Osteria di Lambrate di Milano*

### Cavatelli con vellutata di broccoli e fiore d'origano

**Ingredienti per 4 persone:**

- 320 g di cavatelli
- 1 testa di broccolo con le sue foglie
- 2 spicchi d'aglio
- 6 acciughe sott'olio
- 4 fette di pane raffermo
- 100 ml di olio extravergine d'oliva
- 4/5 pomodori secchi
- fiori freschi d'origano
- sale e pepe q.b.



**Bollire i broccoli con le foglie** in acqua salata. Appena morbidi, far riposare in acqua ghiacciata salata per fermare la cottura e preservare il colore. Conservare l'**acqua di cottura** e le foglie intere. Scaldare l'olio in padella con uno spicchio d'aglio a fette e le acciughe. Mescolare finché le acciughe formano un composto. Togliere l'aglio, aggiungere il pane in cubi e friggerlo fino a che risulti croccante. Mescolare il broccolo con due acciughe, olio, sale e pepe fino a farne una crema (con l'acqua dei broccoli, se serve). Unire la crema al pane. Nell'acqua di cottura, cuocere al dente la pasta. Scolare. **Unire alla crema mescolando gentilmente per un minuto**. Sistemare in zuppiera prima le foglie, quindi la pasta e, sopra, i pomodori secchi in fette sottili, il pane e l'origano.  
*Ricetta vincitrice del Campionato Mondiale della Pasta (Accademia Barilla) 2013, firmata Giorgio Nava, chef dei ristoranti 95 Keerom e Carne Sa, a Cape Town, Sudafrica ([www.95keerom.com](http://www.95keerom.com)).*

ritrovano anche in zuppe (col cavolo romano e il cavolfiore), minestre croccanti, impanate al forno. E nei notevoli cannelloni di bufala e broccoli, con acciughe, uvetta e miso. "Il gambo di broccolo, crudo, si può anche semplicemente grattugiare su una pasta in bianco", aggiunge la chef. Tutte ricette da combinare in un percorso dietetico studiato col nutrizionista. O nel *Green Inc Kit*, pacchetto di sette giorni di dieta detox che comprende pasti interi, consegnati a casa o consumati in ristorante, in abbinamento a sedute di power yoga.

**Joia** è da sempre il tempio milanese del vegetariano gourmand. Una tavola chic (e costosa) in continua sperimentazione, dove i tesori dell'orto diventano opere concettuali, come *L'ombelico del mondo*: riso arborio di Gabriele Corti con carciofi, broccoli e rosmarino di Giumaglio, spuma soffice di cavolo rosso e salsa rinfrescante di topinambur. Importante però notare come da qualche tempo alla sala principale (da 75 a 110 € i suoi celebri menu-percorso) si affianchi uno spazio bistrot, da un

anno aperto anche a pranzo, dove l'alta cucina naturale si fa accessibile, con formule *Antipasto, primo, insalata e caffè* da 10 euro e, la sera, antipasti da 12 euro, secondi-piatti unici da 15 e dolci da 9 euro. Divertente infine la formula di **Mr. Zuppa**, giovanissimo locale colorato, che sulla pagina Facebook presenta ogni settimana le sue vellutate e minestre. Il passato di broccoli e patate, in questa stagione, è di rigore. Insieme a finger food, macedonia, succhi, buoni vini e dolci fatti in casa.

Alle porte della città, a **Bernareggio**, si respira ancora aria di campagna, anche se l'atmosfera è rustico-chic e i prodotti tipici arrivano da tutta Italia. All'**Osteria Rosso di Sera**, da poco rinnovata, Stefano Tocco fa incursioni nel Sud Italia, con il flan di broccolo romanesco e le orecchiette di un pastificio artigianale barese condite con broccoli, acciughe e peperoncino.

Il Nordest è terra di broccoli d'eccezione. Piccoli, verde scuro, col cuore giallo e foglie tenere, ma dal sapore deciso, i broccolotti di Cu-

1. Guido Marini, patron del QB, a Roma, ha anche un banco di verdure al mercato di piazza Crati. 2. Luciana Boscaini, storica proprietaria della Vecchia Custoza, nell'omonima cittadina del Veronese. 3. Lasagnette con i broccoli.



Davide Ortonobina



Marco

stoza, nel Veronese, sono una piccola produzione di antica tradizione: gli abitanti della zona, un tempo, andavano la domenica a mangiarli, con gli "ovi duri", ovvero lessati, con uova sode e salame contadino. Oggi a Custoza, frazione di Sommacampagna, terra di battaglie risorgimentali, il broccolo di casa sta tornando protagonista, con una fiera di febbraio e un'associazione di ristoratori che promuovono cene a tema in abbinamento ai vini locali. Storia, sapori e tradizioni sono l'anima dell'attività di Franco Predomo, patron del **Tamburino Sardo**, dall'eroico personaggio di De Amicis che, in *Cuore*, corre fra i colli di Custoza in cerca di rinforzi contro gli austriaci. I broccoli del suo menu celebrativo sono della sua azienda agricola, e i vini Custoza che li accompagnano, dallo spumante brut al passito, vengono dalle sue cantine e dalle sue vigne. In cucina, la mamma, Adriana Fasoli, prepara classici come la zuppa di broccoli (nella grande pagnotta) e il risotto con il tastasale (salsiccia fresca), il formaggio Monte Vero-

nese e i broccoli. L'innovazione tocca alla moglie di Predomo, Roberta, che ha creato un soufflé di broccoli su crema di caprino e un semifreddo al broccolo e mandorla. Tradizione di campagna anche alla **Locanda Vecchia Custoza**. Luciana Boscaini, energica signora dei fornelli, e la figlia Sabrina hanno approntato un ampio menu con un unico, saporito denominatore: ravioli verdi al broccolo e quartirolo, fettuccine al broccolo, stracotto di cavallo con polenta al broccolo. Qui si va certo per la gola, ma anche per respirare l'atmosfera di dotto convivio. Negli anni Sessanta, infatti, la "bettola" era frequentata da scultori come Luciano Minguzzi e Joan Miró, che andavano a seguire le loro opere nelle vicine fonderie artistiche. Ancora oggi nel locale si ammirano alcune loro opere, lasciate in segno di apprezzamento della tavola. Residenza nobiliare, l'ottocentesca residenza dei marchesi di Canossa è invece lo scenario di **Villa Vento**, ristorante che Giuseppe Pezzini gestisce con la moglie dal 1969. Qui



Olivcom



Getty Images

nell'Ottocento visse il tenore Giuseppe Lugo, oggi commemorato da Pezzini con un premio per cantanti che hanno fatto conoscere la lirica italiana nel mondo. Oltre a essere mecenati, i Pezzini mantengono viva la tradizione del broccoletto, con elaborazioni raffinate: la vellutata di broccoletti, i broccoletti fritti, i bignè salati al broccoletto, i tortelli di formaggio e broccoletto al burro e salvia.

La versatilità del broccolo di Custoza è tale da renderlo perfetto anche con la pizza. La si mangia al **Cavolo a Merenda**, dove Gianluca e Maria Rosa Andreis hanno elaborato tre pizze con la salsiccia, la scamorza e il salame e, naturalmente, il broccoletto.

Pochi chilometri a est e si entra nella provincia di Vicenza: a **Creazzo** ci sono le stesse dolci colline, ma un'altra sottospecie di broccolo, il fiolaro, così detto per i fioi, cioè i bambini, i teneri germogli che crescono sul suo fusto. Da quando nel 2000 è diventato oggetto di una fiera, è una vera star: una delegazione giapponese è venuta a provarlo, Carlo Cracco ne è diventato il paladino (a Milano ci fa una crema, ci farcisce i ravioli di pasta di riso, ci abbina le castagne affumicate) e Michelle Obama l'ha piantato nell'orto. Lontano dai riflettori, alla

**Trattoria De Gobbi**, dal 1850 ne sono passati di broccoli. La quinta generazione di proprietari, con Emanuele Canetti in sala e Alessandra Vettorato in cucina, usa il fiolaro in tutte le salse, e non solo. Si mette infatti anche nell'impasto dei bigoli, gli spaghetti rustici della zona, che poi vengono conditi con l'Asiago fuso. Lo si assaggia egregiamente anche alla trattoria **Tre Scalini**, vecchia fattoria del

1910, dove Antonio Girardello cucina secondo la tradizione baccalà, bigoli con le cicche di maiale (ragù di capocollo e guance tagliato al coltello) e, naturalmente, il broccolo fiolaro, come ripieno di gnocchi e alle crespelle, nel pasticcio con formaggio e besciamella, nella torta salata al formaggio Asiago e patate. E nel piatto che più lo inorgoglisce: la cotoletta di vitello impanata, cotta da un lato e farcita

di broccoli, prosciutto crudo ed emmental. Per chi vuole cimentarsi in proprio, acquistandoli, l'**Agriturismo Gentilin** offre un'atmosfera bucolica, i prodotti dei loro campi, carni e salumi dai loro allevamenti. E per ispirarsi, il suo ristorante propone ravioli broccoli e ricotta, risotto con i broccoli e l'arrosto farcito con i broccoli, innaffiati con i vini di loro produzione.

1. Colazione con **broccolo crudo** per **Katie Holmes**.
2. La first lady americana **Michelle Obama** coltiva nell'orto della Casa Bianca il **fiolaro di Creazzo**.



Leggenda (o storia?) vuole che nel XVIII secolo il broccolo dalla Pianura Padana si sia trasferito anche verso i monti, trovando collocazione ideale a **Torbole**, sul Garda trentino, e a Santa Massenza, piccolo paese della Valle dei Laghi, famoso per il Vino Santo e per i suoi distillati. Il Pelèr, vento del Nord che s'incanala fra i monti, e il clima mite del lago, mantengono il broccolo di Torbole, oggi Presidio Slow Food, asciutto e croccante, dolce e saporito. Lo sa bene Sergio Chiesa, vera istituzione della ristorazione trentina che, nel ristorante dell'**Hotel Piccolo Mondo**, cura in un angolo del giardino le sue 300 piante di broccolo dall'infiorescenza bianca, per realizzare i piatti della tradizione: la mousse di broccoli, i ravioli ripieni di broccolo e Trentingrana, i broccoli saltati al burro come contorno della carne salada e della trota salmonata, il semifreddo al broccolo e liquore d'anice. Anche Ivo Miorelli de **La Terrazza** ha il pollice verde, unito alla passione per il pesce di lago. Per i suoi carpacci di lavarello e l'insalatina tiepida di persico usa i fiori selvatici eduli del Monte Baldo (ranuncoli, orchidee, violette, tarassaco), il tartufo scorzone e, naturalmente il broccolo. Al **Nuovo 900**, Lucio Toccoli mixa la cucina trentina con i sapori che la sua origine umbra gli suggerisce, e accanto al classico sarde di lago e broccoli si trovano tutti i prodotti della norcineria.

## Pro e contro, da Bush a Obama

I broccoli e gli States. Un legame antico. E di grande attualità. Ai tempi difficili dell'emigrazione "**broccolino**" era il termine onomatopoeico con cui gli italiani indicavano il popoloso quartiere di **Brooklyn**, ma anche quello con cui gli americani wasp indicavano, con accezione non molto positiva, i nostri connazionali. Divertente il **Broccoligate** che ha interessato gli ultimi inquilini della Casa Bianca. Nel 1990, **George Bush padre**, trovandosi come contorno sull'*Air Force One*, dichiarò: "Odio i broccoli". Sono il presidente degli Stati Uniti, da bambino me li hanno imposti, ma non ne mangerò mai più in vita mia". Detto fatto, gli orticoltori ne fecero depositare davanti al suo ufficio dieci tonnellate. **Bill Clinton** vinse la campagna elettorale anche con lo slogan "Riportiamo i broccoli alla Casa Bianca", battezzandoli definitivamente ortaggio democratico. Per questo la salutista filovegana **Michelle Obama** li coltiva nell'orto della Casa Bianca: c'è persino la varietà di Creazzo. Anche il marito, **Barack**, a un recente pranzo per bambini che avevano proposto ricette sane e ipocaloriche, si è fatto prendere dall'entusiasmo salutistico. Al bimbo che chiedeva quale fosse il suo cibo preferito ha risposto sicuro: "Broccoli". Conoscendo la sua passione per il cibo fast e bisunto, però, web e tv l'hanno definito «un ipocrita che mente ai piccoli e che non perde invece occasione, durante i suoi viaggi, per avventarsi su ogni genere di junk food». Una **scultura di broccoli** del presidente, presentata dalla first lady al *David Letterman Show*, non ha, per ora, ricucito lo strappo. In realtà, da anni il broccolo è in Usa la verdura salutare per eccellenza, visto che i germogli contengono molto sulforafano, antiossidante anticancro. Trasformati dall'industria in pastiglie, integratori, sciroppi, l'ultima diva a promuoverli è stata l'ex signora Cruise **Katie Holmes**, che farebbe colazione con un beverone ai broccoli crudi. Intanto, spot a cartoni animati, giocattoli e costumi da Halloween vorrebbero renderli appetibili ai più piccoli. E c'è chi li offre liofilizzati in bustina.

Elena Bianco

Non mancano belle ricette in Liguria. E anche qui, l'orto da ristorante sta diventando un vero must che la clientela apprezza. **La Brinca**, nel verde entroterra genovese, in Val Graveglia, ne vanta uno folto di rigogliosi ortaggi e aromi di erbe. È coltivato con passione da Franca Circella, mentre il figlio Sergio ripercorre nel ristorante una cucina ligure di terra di grande fascino e intensi profumi. Si trova qui una variante del tradizionale cappon magro con il cuniggiu (il coniglio) magro, accompagnato dalla rata-tua di verdure dell'orto, con i broccoli a farla da padroni.

## Verso sud: arzilla e frattali

A **Roma** le Brassicaceae in arrivo dall'Agro Pontino e dai Colli (con la varietà capoccione di Albano) sposano per tradizione la pasta corta: di solito i rigatoni, ma anche fettuccine e spaghetti caserecci. Si parla di broccolo o, più spesso, dello spettacolare broccolo o cavolo romano, forse il più fotogenico di tutti i figli dell'orto, per il suo verde chiaro acceso e le sue punte a spirale, che ricordano i frattali matematici (e seguono nella disposizione, dicono gli esperti, la progressione numerica di Fibonacci). Le Crucifere è il piatto di punta della chef Alba Esteve Ruiz, del ristorante **Marzapane Dolce&Cucina**, che a



1-2. Angelo Troiani, del Convivio di Roma, e la crema di broccolo romano con capperi, pomodori secchi e alici.



un anno dall'apertura ha già conquistato una numerosa clientela, tanto che è in progetto un ampliamento. "È un piatto a base di cavoli e broccoli in diverse varianti e con differenti cotture", specificano la chef e il patron, Mario Sansone. "Ci sono il cavolo nero fritto, il broccolo romanesco e il pak choi, ovvero il broccolo orientale, o cavolo cinese, lessato e saltato in padella, nonché il cavolo verza stufato, addizionato con semi di senape e frullato. E non mancano rucola e cavoletto di Bruxelles messi a crudo. "Insomma", conclude Alba con un sorriso, "è rappresentata tutta la famiglia delle crucifere, così dette perché la forma del loro fiore, con i suoi quattro petali, ricorda una croce". In questo ristorante con l'aria da bistrot, dietro piazza Fiume, si mangia seduti a piccoli tavoli in legno senza tovaglia, con le posate poggiate su un rettangolo di pietra. E con i consigli di Michel Magoni, in sala, si cede volentieri alle lusinghe di altri piatti a base di broccoli romaneschi, come la lasagnetta con cavolo romanesco e arzilla (piccola

razza tirrenica dei fondali sabbiosi), versione moderna della minestra broccoli e arzilla di tradizione romanesca. La chef la propone spesso a pranzo in questa stagione, perché "queste verdure sono una fonte preziosa di vitamine, minerali e fibre dall'effetto favorevole sulla salute. Cibi funzionali, insomma". I broccoli vengono direttamente dalla tenuta di campagna dei proprietari all'**Osteria della Ricciotta**, nuovo ristorante dall'atmosfera informale, dietro piazza Cavour. Fabio Ottaviani e Renato Ricciardi consigliano personalmente i clienti sui piatti del giorno, scritti spesso sulla lavagna. Immancabili, in questo periodo, come tradizione impone, contorni come i broccoli affogati, nel tegame con vino bianco e poco aceto, o la minestra broccoli e arzilla. "Un tempo", spiega Ottaviani, "si serviva più liquida: il brodo serviva a riempire lo stomaco". Non mancano altri classici romani, come gli spaghetti broccoli e salsiccia, che valgono un intero pasto, abbondante e saporito come nelle osterie di un tempo. O la zuppa di broccoli con la pasta mista, "come quella delle nonne, con la pasta avanzata nella credenza", chiosa Ricciardi. Oppure, ancora, il coniglio alla vignarola. Con carote, carciofo, cipolline e, naturalmente, broccolo.

Crucifere gourmet nelle sale del **Convivio**, regno dello chef stellato Angelo Troiani. A lui piace giocare con la tradizione, manipolando verdure, cotture e abbinamenti. Lo chef di origini marchigiane propone, per esempio, tortelli di pesci da mercato, crema di broccolo romano, capperi, alici e pomodori secchi marinati. "Uso il romanesco carnevalino", sottolinea, "primizia di fine febbraio meno schiacciata e più oblunga che, una volta cotta, dà sensazioni più eleganti al palato e al naso. Ma il piatto da cui ho preso l'ispirazione e gli ingredienti è la tradizionalissima minestra broccoli e arzilla romana". Il fornitore? Paolo Giobbi con

# L'albero genealogico

Le **Crucifere** (o **Brassicaceae**) vantano i broccoli, re della cucina, ma comprendono anche cavolfiori, cavoli, senape, colza, rucola... Un mondo di sapori, colori e ricette economiche e salutari. Se ne usano fiori, foglie, gambi. Resistono all'inverno, imperano a primavera, si trovano tutto l'anno.



**Cavolfiore verde.** Ha più clorofilla del bianco, buono lessato o crudo. Il migliore è a gennaio, ma si trova sempre.



**Cavolo rosso.** Nord Italia, inverno-primavera. Crudo o stufato con la selvaggina. In stagione, economicissimo.



**Cavolo cappuccio.** Al Sud, anche in varietà rossa e bianca, va in insalata. Nel Nord Europa è base dei crauti.



**Cavolo nero.** In Toscana, le foglie sono la base della zuppa invernale. A primavera si usano i germogli, crudi.



**Cavolfiore.** Ha molte sottospecie locali. Ottimo lessato, gratinato, fritto e sulla pasta.

**CAVOLFIORE**



**Cavolo violetto.** Dalla Sicilia, compatto come i broccoli. Ottimo anche in minestre e vellutate. Molto salutare.



**Cavolo (o broccolo) romanesco.** Antichissimo, bello da vedere, va nei sughi, gli sfornati, i soufflé.



**Cavolo cinese.** Stufato, va negli involtini. Ricco di vitamine, si è tornati a coltivarlo anche in Italia. Si usano le foglie.

**OLERACEA (CAVOLI)**



**Cavoletti di Bruxelles.** Gemme di una varietà di cavolo, in besciamella, al burro, gratinati, sono il piatto nazionale belga.



**Cavolo verza.** Dal Nord (celebre quello del Canavese), le foglie vanno in zuppe, contorni e nella cassoeula.



**Cavolo rapa.** Dal Sud, anche in primavera, il suo fusto sferico va in insalata, in padella, stufato, al forno, ripieno.

**BRASSICACEAE o CRUCIFERE**

# Cavoli rari

## Broccoletto di Custoza

Quanto più soffre il gelo, più si fa tenero e dolce. Un tempo era piantato tra le viti. A Custoza produttori e ristoratori chiedono il



Presidio Slow. Lo celebra, a febbraio, la **Sagra del Broccolo di Custoza** ([prolococustoza.it](http://prolococustoza.it)).  
**Produttore:** Agriturismo Nico Bresaola ([www.nicobresaola.it](http://www.nicobresaola.it)).  
**Periodo:** gennaio-marzo.  
**La ricetta:** lessato, con le uova sode.

## Fiolaro di Creazzo

Goethe ritrasse le contadine che lo coglievano. Carlo Cracco lo adora. Il nome deriva dai germogli (fioi) sul fusto che, con le foglie giovani, vanno in tegame. Prodotto a Denominazione Comunale,



ha la sua fiera a gennaio ([www.ilbroccolofiolaro.it](http://www.ilbroccolofiolaro.it)).  
**Periodo:** da novembre a marzo, i migliori sono alle prime gelate: contengono meno acqua.  
**Il produttore:** Pietro Meggiarin (tel. 0444.52.00.19).  
**La ricetta:** torta salata, al broccolo fiolaro.

## Broccolo di Torbole

Tra i monti e il Garda, il Pelèr soffia tiepido da nord-est sugli orti, salvando dalla brina l'infiorescenza dei broccoli. Specie a sé, le cui foglie interne hanno un sapore dolce intenso. La sua festa è a gennaio ([www.comune.nago-torbole.tn.it](http://www.comune.nago-torbole.tn.it)).



**Periodo:** novembre-marzo.  
**Il produttore:** Aldo Rose (tel. 0464.50.55.92).  
**La ricetta:** pesce, salada.

## E ANCORA...

L'**aprilatico di Paternopoli**, tardivo, è stato selezionato in Irpinia. Di colore verde scuro con cime croccanti, Presidio Slow Food, le sue cimette e foglie tenere e dolci si raccolgono tra aprile e maggio. La ricetta tipica locale è con sarde, aglio e limone, ma il broccolo irpino è ottimo anche per condire la pasta (tra i produttori, Silvana del Vicario, cell. 342.09.35.957). Il **capoccione di Albano Laziale** ha il fiore più grande e compatto che nel romanesco. Si trova primaticcio (prima dell'inverno) o anche tardivo, in marzo-aprile (produttore, [www.agriturismopellini.it](http://www.agriturismopellini.it)). Il **nero di Napoli**, detto spigarello o minestra nera, è un'antica varietà invernale, perfetta per minestre corpose e zuppe con carne o con i fagioli; il sapore è tra broccolo e cavolo (produttore, Agrinovana, Sant'Elpidio a Mare, FM, tel. 0734.06.53.45). Il **ramoso calabrese** ha grandi fiori ramificati verde intenso. A ottobre-novembre, recidendo la testa, si ottengono i germogli ascellari teneri e gustosi (produttore: [www.codical.it](http://www.codical.it)).

e.b.

1

1. La cottura al vapore conserva meglio sapori e colori di broccolo.

2-3. Alba

Esteve Ruiz, del Marzapane, al lavoro sul piatto

Le Crucifere. Sotto, il locale romano.



Certiv images

un'azienda ai Castelli, ad Ariccia; l'Orto di Giobbi è un'istituzione per prodotti naturali e di stagione ([www.ortodigiobbi.com](http://www.ortodigiobbi.com)). Per i tortelli, lo chef tira a mano una sfoglia all'uovo e cumino, con una farcia di piccoli pesci di scoglio o arzilla. Nella crema di broccoli – dopo aver cotto il broccolo al vapore con olio e sale – vanno capperi, filetti di alici e pomodori secchi marinati. Bello da vedere, buono da mangiare. Nell'ambiente elegante del Convivio, vicino a piazza Navona, si può optare anche per crema di broccoli con gricia e tartufo nero sui vermicelli bucati, dove il sapore dell'ortaggio si sposa con i sentori del tartufo pregiato di Norcia. Dal verduriere alla tavola; è l'imperativo di QB, ristorante tra i Parioli e la via Salaria. Del resto Guido Marini, il patron, ha alcuni banchi di verdura e frutta nel bel mercato all'aperto di piazza Crati. Il romanesco e il cavolo nero provengono dagli orti di Albano, le cime di rapa dalla Sabina, il cavolfiore da Cerveteri, come la verza e il cappuccio viola. Ogni mattina, il banco all'angolo con via Ceresio è un tripudio di colori, e mentre le signore del quartiere li acquistano, gli stessi broccoli, a pranzo e cena, finiscono in interessanti piatti, come gli spaghetti spezzati home made – solo farina e albume – con broccoli e arzilla leggermente brodati. Oppure i cannelloni con pasta al nero di seppia ripieni di broccolo su crema di calama-



## La guru del food

Un libro importante. In *Mangiato bene?* (Salani, 14,50 €, dal 6 febbraio, foto di Monica Silva), **Roberta Schira**, una vita da critica gastronomica militante sul *Corriere della Sera*, codifica la **tecnica dell'esperienza culinaria**. "Ogni esperienza culinaria", spiega, "lo stellato e l'osteria, lo street food o l'aglio e olio dell'amico." In tutto si può riconoscere la qualità, o la sua mancanza, tenuto conto del contesto. A tutto si applicano le sue **sette regole di giudizio**, per altrettanti momenti del fare cucina, dalla scelta dell'ingrediente al grado di genio, se c'è. Libro importante, perché poter valutare il servizio ricevuto dà consapevolezza e potere al consumatore nei giorni della crisi, premia il made in Italy migliore, smaschera l'improvvisazione (dello chef e dei troppi food blogger). Tutti possono e devono criticare, è il messaggio, ma bisogna studiare, provare cose nuove, usare i cinque sensi e il cuore ("Mi emoziona questo sapore?"). Ecco allora gli esercizi per perfezionare l'atto critico, gli esempi, e le schede di valutazione pronte per mettere tutto in pratica. **"Anche con i broccoli?"**, chiede *Dove* all'autrice. "Certo! Se i cavatelli ai broccoli hanno vinto un Mondiale è perché sono ciò che chiamo "un piatto-progetto": risolvono la complessità di un lungo lavoro sulla materia, la memoria e la qualità". Ma Roberta Schira come li prepara? "In una vellutata di broccoli appena passati in padella, con una coda di gambero scottata pochi secondi, due aghi di rosmarino e un giusto di peperoncino, amico del cuore di questa verdura".

*g.r.*



ro appena piccante, nonché i classici paccheri broccoli e salsiccia.

Ha i suoi broccoli e le sue ricette verdi anche la Campania. Crescenzo (Enzo) Di Pietro è innamorato della sua Irpinia e si divide fra le terre di famiglia, dove coltiva grano e ortaggi con il figlio Pasquale, laureato in scienze e tecnologie alimentari, e l'**Antica Trattoria Di Pietro**, a **Melito Irpino**, dove la moglie Teresa prepara piatti della campagna. I cicarielli (gnocchetti irpini) sono fatti in casa col grano Senatore Cappelli dei loro campi e conditi con broccoli, olio, aglio e peperoncino. Il broccolo è sempre presente, nero d'inverno e aprilatico in primavera, nel pancotto col pane di Montecalvo, in sfornato e nella minestra maritata. La tradizione e i prodotti campani, in chiave contemporanea: è la filosofia di **Abraxas**, osteria di Nando Salemme, a Pozzuoli, il cui nome evoca talismani magici e il culto del dio Sole. La rivisitazione lascia intatti i profumi campani nelle tagliatelle di Gragnano con broccoli, salsiccia, ricotta e limone e negli spaghetti con broccoli neri, olive, capperi e pinoli, nei broccoli su crema di patate e caciocavallo. Il broccolo sposa il mare di **Napoli da Mimi alla Ferrovia**, locale storico di gran tradizione e illustri estimatori (da Totò a Maradona), che secondo l'estro del patron Michele Giugliano offre pasta broccoli e vongole o pesce arrosto con i friarielli (era perenne "comanda" di Lucio Dalla).

## Dalla pizza alla zuppa

### Dove mangiare

#### Green Inc.

Nuovo, porta a Milano il cibo bio e crudo. Fa delivery, takeaway e propone, con il nutrizionista, diete detox. Verdura di stagione, ma anche carne, pesce e i cannelloni bufala e broccolo. **Indirizzo:** via Meravigli 16, Milano, tel. 02.49.46.60.22, www.greeninc.it. **Orari:** 8-18, sab. 9-15 (chiuso dom.). **Prezzi:** menu completo 20 €. **C/credito:** tutte.

#### Mr. Zuppa

Zuppe fresche in un posto giovane e colorato di nuovo concept. I broccoli vanno con le patate. Ci sono anche finger food e insalate. **Indirizzo:** via G.B. Pirelli 9, Milano, tel. 02.45.07.72.09, www.misterzuppa.it. **Orari:** 10-22 (chiuso lun.). **Prezzi:** menu completo 18 €. **C/credito:** tutte.

#### Tamburino Sardo

Tipico veronese: selvaggina con spezie e aromi locali, carne alla brace e le verdure del loro orto. **Indirizzo:** stradella del Tamburino Sardo 18, Custoza (Vr), tel. 045.51.62.17, www.tamburinosardo.it. **Orari:** 12-14, 20-22 (chiuso lun. e mar.). **Prezzi:** 30 €. **C/credito:** tutte.

#### Ristorante Villa Vento

Dal 1969 in un'antica villa ottocentesca, residenza dei marchesi di Canossa, ombreggiata

dal parco. Piatti tipici e la griglia sempre accesa. **Indirizzo:** strada Ossario 24, Custoza (Vr), tel. 045.51.60.03, www.ristorantevillavento.com. **Orari:** 12-15-14, 19.15-22 (chiuso lun. e mar.). **Prezzi:** 28-35 €. **C/credito:** Mc, Visa.

#### Cavolo a Merenda

Pizze con i broccoletti. **Indirizzo:** v. Verona 15, Caselle (Vr), tel. 045.85.81.083. **Orari:** 12-14.30, 18.30-22.30; dom. 18.30-22.30; lun. 12-14.30, sab. chiuso. **Prezzi:** 25-30 €, pizze 8-10 €. **C/credito:** tutte.

#### Trattoria Tre Scalini

Trattoria-fattoria vicentina, frequentata da campioni del ciclismo. Baccalà, tosetta di Asiago, cotoletta di vitello impanata, con broccolo fiolario, prosciutto crudo, emmental. **Indirizzo:** via Crosara 12, Creazzo (VI), tel. 0444.52.07.80. **Orari:** 12-15, 19-22.30; mer. 12-15 (chiuso gio.). **Prezzi:** 30 €. **C/credito:** Mc, Visa.

#### Agriturismo Gentilin

Sul colle, un'azienda agricola con le sue carni e verdure. Ottimo il pasticcio di broccolo. **Indirizzo:** via Sabbioni 9, Creazzo (VI), tel. 0444.52.08.27, www.agriturismogentilin.it. **Orari:** 19-22; sab. e dom. 12-14, 19-22 (chiuso mer.). **Prezzi:** 20 €. **C/credito:** no.

#### La Terrazza

Vista sul Lago di Garda, il Monte Baldo, l'antico porticciolo di Torbole. Pesce di lago e broccolo. **Indirizzo:** via Benaco 14, Torbole (Tn), tel. 0464.50.60.83, www.allaterrazza.com. **Orari:** 12-15, 18.30-22.30 (chiuso mar.). **Prezzi:** 40 €. **C/credito:** tutte.

#### Nuovo 900

I sapori del Garda e dell'Umbria. Per le sarde di lago col broccolo di Torbole.

**Indirizzo:** via Gazzoletti 8, Riva del Garda (Tn), tel. 0464.56.76.29. **Orari:** 20-24 (chiuso mar.). **Prezzi:** 20-25 €. **C/credito:** Mc, Visa.

#### Il Convivio Troiani

Storico locale della famiglia Troiani ai sapori dell'Agro Pontino, ha il marchio Conosci il Tuo Pasto dell'Istituto Mediterraneo di Certificazione.

**Indirizzo:** vicolo dei Soldati 31, Roma, tel.

06.68.69.432, www.ilconviviotroiani.com. **Orari:** 20-23 (chiuso dom.). **Prezzi:** 100 € (degustazione 110 €); con i broccoli, tortelli di pesci, crema di broccolo romano, capperi, alici e pomodori secchi marinati 28 €, crema di broccoli con gricia e tartufo nero 28 € (+ 12 € con il tartufo nero pregiato di Norcia). **C/credito:** tutte.

#### QB

Menu raffinati, gran design, nuovo dehor. Con i broccoli, minestra di spaghetti, broccolo e arzilla, paccheri broccoli e salsiccia. **Indirizzo:** via Scarlatti 11, Roma, tel. 06.85.35.20.10, www.ristoranteqb.it. **Orari:** 12.30-14.30, 19.30-22.30; dom. 12.30-14.30 (mai chiuso). **Prezzi:** pranzo 20 €, cena 35. **C/credito:** Mc, Visa.

#### Abraxas - L'Osteria tra i Due Laghi

Grande attenzione ai produttori campani. Imperdibili le tagliatelle di Gragnano con broccoli, salsiccia, ricotta e profumo di limone. **Indirizzo:** via Scalandrone 15, Pozzuoli-Lucrino (Na), tel. 081.85.49.347, www.abraxasosteria.it. **Orari:** 20-23.30; sab. e dom. 12-14, 20-23 (chiuso mar.). **Prezzi:** 30-35 €. **C/credito:** Mc, Visa.

#### Mimi alla Ferrovia

Popolare, ci andavano Totò e i De Filippo. **Indirizzo:** via Alfonso d'Aragona 19-21, Napoli, tel. 081.55.38.525, www.mimiallaferrovia.it. **Orari:** 12-24 (chiuso dom.). **Prezzi:** 30 €. **C/credito:** tutte.

#### Antichi Sapori

Ricette di casa e con erbe spontanee e verdure dall'orto biodinamico dello chef. **Indirizzo:** piazza Sant'Isidoro 8-10, Montegrosso Andria (BT), tel. 088.35.69.529, www.pietrozito.it. **Orari:** 12-14, 20-23; sab. 12-14 (chiuso dom.). **Prezzi:** 40 €. **C/credito:** tutte.

#### Terranima

Nella vecchia corte, in una sala d'antan, profumi e sapori pugliesi, colazione, tè letterari. Ottimi i cavatelli con broccoletti e ceci neri di Murgia. **Indirizzo:** via Putignani 215, Bari, tel. 080.52.19.725, www.terranima.com. **Orari:** 11.30-15.30, 18.30-23; dom. 11.20-15.30. **Prezzi:** 35 €. **C/credito:** Mc, Visa.



La Puglia è patria indiscussa delle cime di rapa, ma anche del broccolo, loro parente stretto. Lo sa bene Pietro Zito, chef di **Antichi Sapori**, a **Montegrosso d'Andria**, che attinge a un orto di 15.000 metri quadri coltivato con metodologie biodinamiche. Da lui si può fare lezione in orto, raccogliere direttamente e portarsi a casa qualche verdura e, ovviamente, provare la sua cucina povera e bella: pasta con i broccoli, pancotto con cime di rapa, l'agnello 'U cutturidd, cotto nel brodo con le erbe e i broccoli. Anche Pietro e Vanessa Conte – paladini dei sapo-

ri tradizionali di Puglia, animatori di tè letterari e letture poetiche, e ristoratori al **Terranima**, a **Bari**, padre e figlia – hanno un orto biologico, verde corollario alla loro attività multiforme. Nella cucina Georgia Colombo prepara la salsiccia della Valle d'Itria con i fagioli e le cime di rapa, i laganari (spaghetti alla chitarra) con le cicerchie e i broccoli e l'insalata con broccoletti, arance e olive, tipica del Gargano.

*Inviati da Dove, Elena Bianco, Loredana Tartaglia e il fotografo Gilberto Maltinti. A cura di Gianfranco Raffalli*