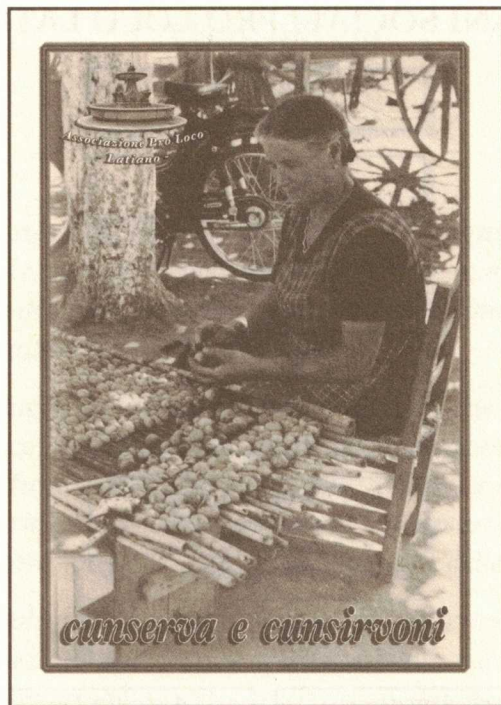




*Associazione Pro Loco
- Latiano -*

cunserva e cunsirvoni



cunserva e cunsirvoni

I QUADERNI DELLA PRO LOCO n. 6

XXVI SAGRA TI LI STACCHIODDI 2003

A cura di:

Cosimo Galasso - coordinamento

Tonino Nacci - segreteria

Vincenzo Mustich - per la parte gastronomica

Giuseppe Ciraci - per i disegni

Con il patrocinio:

REGIONE PUGLIA

PROVINCIA DI BRINDISI

COMUNE DI LATIANO



ORGANI SOCIALI PRO LOCO LATIANO

Cosimo Galasso
Presidente

Giuseppe Annè
Vicepresidente

Crocifisso Di Tommaso
Tesoriere

Sergio Agazzi
Luigi Scalera
Giovanni Tanzarella
Consiglieri d'Amministrazione

D. Edmondo Caniglia
Sindaco di Latiano
Consigliere di diritto

Tonino Nacci
Segretario


Franco Argentieri
Cosimo Epifani
Cosimo Menna
Proviviri

Antonio De Fazio
Tommaso Gagliani
Cosima Spinelli
Revisori

ASSOCIAZIONE PRO LOCO
Piazza Umberto I, 36 - 72022 LATIANO (BR)
Tel. e Fax 0831724431
E-mail: prolocolatiano@libero.it



- "Altri Tempi" - Numero speciale - Anno VII n. 1 •
• Registrazione del Tribunale di Brindisi n. 6/1986 • Direttore responsabile: Giuseppe Giordano •
• Volontarie Servizio Civile: Miriam Cecere, Paola D'Angela, Roberta Fortunato Priore, Linda Sirio •

Si ringrazia: 

Presentazione

Il ricettario rappresenta, insieme alla sagra, una significativa espressione della riscoperta delle tradizioni gastronomiche con le quali la Pro Loco vuole dare testimonianza di un passato che non deve essere dimenticato, bensì rivalutato e trasmesso alle nuove generazioni.

*La sagra ti li stacchioggi e con essa la presentazione del ricettario (quaderno della Pro Loco) sono diventati ormai un'istituzione locale, un importante momento culturale che vuole valorizzare i sapori e i profumi del nostro paese. Il VI ricettario tematico di quest'anno è **Cunserva e Cunsirvoni**, le conserve fatte in casa, preparate da mani laboriose delle massaie salentine.*

Le conserve casalinghe, dopo un periodo in cui erano state soppiantate dalle allettanti confezioni delle industrie alimentari, sono tornate di moda; un vero e proprio ritorno a quelle ricette realizzate dalla genuina e semplice tradizione popolare.

*Gli alimenti conservati non sono mancati nella storia latianese, quando lavoravano **li pitari**, conservando legumi e cereali, indispensabili al sostentamento di un lavoro arduo; il pensiero delle **capase**, custodi di preziosi liquidi: olio e vino.*

*Del resto i miei coetanei ricorderanno l'immemorabile detto **a casa vecchia no mancunu surgi**, inteso come una disponibilità sempre pronta a qualsiasi brontolio di stomaco; era tipico offrire agli ospiti noci e vino, mentre ai bimbi **fichi siccati**.*

Si ringraziano tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione del ricettario e in particolare il prof. Vincenzo o meglio l'amico Enzo Mustich, che ha curato le ricette, le signore Antonietta, Nina, Isabella, Emilia, Rosa, Margherita e Graziella, per i loro ricordi e i loro segreti, il pittore Enzo Ciraci, che anche quest'anno, ha realizzato i disegni.

Cosimo Galasso
Presidente

Cunserva e Cunsirvoni

Cosi ca tieni pi stipari

Questo fervore estivo risultato di fattori contingenti, legati all'abbondanza dei frutti della terra, in un periodo dell'anno in cui lo spazio e il tempo sono a disposizione, per trasformarci in formiche laboriose dedite allo stoccaggio di quanto ci appartiene e ci occorre, per un periodo freddo e ventoso: tomba di cicale canterine.

In natura tutti gli alimenti sono soggetti ad alterazioni, subiscono cioè delle modificazioni fisiche o chimiche, dovute a fattori esterni o interni all'alimento.

Gli autori possono essere i microrganismi, l'ossigeno, la luce, il calore, l'acqua; quindi conservare un alimento significa agire sui fattori suddetti in modo da creare un ambiente sfavorevole al loro instaurarsi. Infatti, sottraendo acqua, creando un ambiente acido, alzando o abbassando la temperatura, si può disporre d'ottimi alimenti conservati.

Per far questo per alcuni alimenti è opportuno associare più tecniche di conservazione; un esempio concreto è il prosciutto crudo: viene salato, essiccato, affumicato conservandosi più a lungo rispetto a quell'alimento trattato con una sola tecnica.

Una delle paure per la preparazione delle conserve casalinghe, conservate con metodi a freddo (sott'olio), è la *tossinfezione da botulino*.

Un agente patogeno che spesso non manifesta nessun'alterazione nell'alimento; alcune volte si presenta con un odore di putrido e un rigonfiamento nelle scatole.

L'avvelenamento è grave, pare che sia difficile da diagnosticare e si manifesta a livello nervoso, provocando la paralisi dei muscoli scheletrici e disturbi gastroenterici.

In ogni caso è una tossina sensibile alle alte temperature: muore a 100° C (quando bolle l'acqua) per un tempo di sicurezza di almeno 30 minuti.

È importante conoscere e prevenire le contaminazioni degli alimenti, avendo cura:

- nella scelta, nella preparazione, nella conservazione e nella distribuzione;
- di considerare attentamente una perfetta pulizia e disinfezione delle attrezzature e dell'ambiente cucina;
- per una buona salute e un'ottima educazione alimentare degli operatori.

Non bisogna dare niente per scontato, ma valutare ogni azione e operazione attentamente. Ne vale la pena!

V. Mustich

Alcuni accorgimenti per le conserve di frutta

Il momento migliore per la raccolta della frutta è il mattino, dopo che il sole ha asciugato l'umidità della notte.

Devono essere scelti i prodotti migliori, maturi, sani e nel pieno della produzione, evitando le primizie; gli alimenti non devono essere stati trattati con anticrittogamici e pesticidi.

Particolare attenzione agli agrumi, normalmente trattati con difenile.

La marmellata si presenta in purea di frutta, mentre la confettura ha la frutta a pezzi.

Gli ingredienti sono solo due: la frutta e lo zucchero.

È necessario nelle preparazioni suddette prestare attenzione alle proporzioni tra frutta e zucchero; quest'ultimo è il conservante della frutta e una buona marmellata ne dovrebbe contenere una quantità maggiore rispetto al peso della frutta (salvo diversa indicazione nella ricetta).

Se la quantità dello zucchero è troppa rispetto alla quantità di frutta, si potrebbe verificare la cristallizzazione; se invece è il contrario, sulla superficie della marmellata potrebbe comparire della muffa.

Nel primo caso, la marmellata si fa bollire aggiungendo dell'alcool o dell'acqua.

Nel secondo caso, togliere la muffa e far bollire la marmellata per almeno una decina di minuti per addensarla.

Per evitare questi problemi, basta eseguire un'invasatura a caldo: in vasetti caldi si versa la marmellata appena pronta.

I vasetti si riempiono fino ad un centimetro dall'orlo e si fanno raffreddare lentamente, avvolti in una coperta di lana (*ghiazzari cu lu cappottu*). Con questo tipo di riempitura, sarà possibile conservare anche preparazioni con una quantità di zucchero inferiore a quella indicata in ricetta.

Un inconveniente: si presenteranno meno dense.

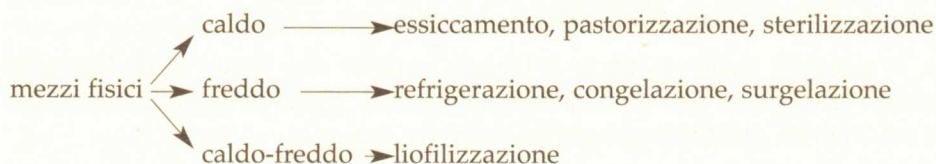
Calendario stagionale di alcuni frutti:

Inverno:	Limoni, arance, mandarini, mele, melograni, cotogne
Primavera:	Ciliegie, amarene, arance, limoni, pompelmi
Estate:	Pesche, albicocche, prugne, nespole, fragole, fichi, fichi d'india, uva, meloni, anguria
Autunno:	Uva, castagne, limoni, melograni, mele, cotogne.

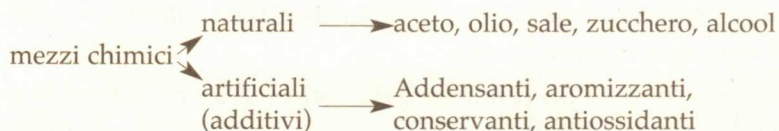
Calendario stagionale di alcuni ortaggi:

Inverno:	Carciofi, finocchi, cavolfiori, funghi.
Primavera:	Finocchi, carciofi, carote, asparagi, piselli, fagiolini, zucchini
Estate:	Zucchini, pomodori, peperoni, melanzane, sedano, cetrioli
Autunno:	Funghi, carciofi, cardi, cipolla, finocchio, pomodori.

Conservare vuol dire utilizzo di...



mezzi fisici-chimici → affumicare, sottovuoto



Come sterilizzare

I vasetti di vetro devono essere chiusi ermeticamente e avvolti in strofinacci.

Si dispongono in una pentola alta con sul fondo ulteriori canovacci.

Si riempie la pentola d'acqua fredda, che dovrà superare di almeno due centimetri l'altezza dei vasi.

Si porta a bollire per un tempo di sicurezza di 30 minuti (per carne e pesci attenersi a quanto previsto dalla ricetta).

È conveniente lasciar raffreddare le conserve in pentola prima di riporli in dispensa.

Ricette



◦ **Fichi Ccucchiati** ◦

◦ **Fichi secchi ripieni** ◦

INGREDIENTI

- Fichi grossi maturi
- Mandorle sgusciate o noci
- Buccia di limone
- Foglie d'alloro

- ✓ Tagliare a metà i fichi partendo dal peduncolo lasciandoli attaccati alla base.
- ✓ Sistemarli sul *cannizzu* (letto di canne) ed esporli al sole per diversi giorni rigirandoli ogni giorno fino a completa essiccazione.
- ✓ Farcire con una mandorla o un gheriglio di noce e pezzettini di buccia di limone collocandole fra le due metà del frutto, richiudere con un altro frutto facendoli combaciare.
- ✓ Sistemarli in una teglia da forno e cuocere a fuoco lento.
- ✓ Far raffreddare e sistemare in vasi di vetro disponendoli a strati intervallati da foglie d'alloro.

INGREDIENTI

- kg 5 di fichi ben maturi

- ✓ Prendere dei fichi ben maturi, lavarli e metterli in una pentola d'acciaio, coprirli d'acqua e far bollire fino a quando non si riducono della metà.
- ✓ Lasciarli raffreddare e sistemarli in un sacchetto di tela resistente a trama stretta (per esempio una federa di cuscino). Tenerlo sospeso per ventiquattro ore facendo filtrare il liquido.
- ✓ Raccoglierlo in un recipiente e far cuocere a fiamma lenta per circa quattro ore rimescolando con un cucchiaio di legno (per aromatizzare il cotto aggiungere pezzi di cotogne).
- ✓ Quando il liquido è ben concentrato, dopo aver verificato il grado di densità (con la prova sull'unghia del pollice), si toglie dal fuoco, si fa raffreddare e si versa nelle bottiglie che verranno chiuse ermeticamente.

Il cotto di fichi si conserva a lungo senza subire alterazioni.

- ✧ In passato veniva utilizzato al posto dello zucchero per dolcificare e in particolare per i dolci natalizi: *cartiddati*, *purcidduzzi* e *pettuli*.
- ✧ Il cotto di fichi viene anche usato per alleviare i dolori delle vie respiratorie.
- ✧ I pezzi di cotogne si possono invasare e coprire con il cotto.

INGREDIENTI

- litri 10 di mosto d'uva bianca

- ✓ Prendere il mosto limpido della seconda torchiatura delle uve bianche, versarlo in un tegame di *rame rossa* o d'acciaio e porre il recipiente sul fuoco.
- ✓ Appena il mosto arriva ad ebollizione, ridurre la fiamma. Dopo aver fatto evaporare una metà del liquido, ridurre ulteriormente la fiamma, altrimenti prende il sapore di bruciato. Continuare la bollitura per diverse ore finché la quantità del liquido si riduce del 90%, pari a circa un litro di cotto.
- ✓ Il grado di densità si verifica facendo cadere in un piatto qualche goccia: se, strisciando un dito sul liquido, si forma un canale e la massa non si ricompone, la cottura è giusta.
- ✓ Questa preparazione prevede circa 10 ore.
- ✧ Il cotto si usava nella preparazione dei dolci natalizi: *cartiddati*, *purcidduzzi* e *pettuli*. Delizia invernale di un tempo era la neve nel bicchiere addolcita con il cotto.
- ✧ Il mosto d'uva viene anche usato per alleviare i dolori delle vie respiratorie.

◦ *La mustarda* ◦

• *Marmellata d'uva* •

INGREDIENTI

- kg 1 d'uva bianca o nera ben matura
- g 250 di zucchero

- ✓ Lavare gli acini d'uva ed eliminare i semi.
- ✓ Metterli in una pentola d'acciaio e aggiungere lo zucchero.
- ✓ Far cuocere a fiamma molto bassa mescolando frequentemente con un cucchiaino di legno.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando si stacca dalle pareti del tegame.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.



◦ *La perata* ◦

• *Marmellata di pere* •

INGREDIENTI

- kg 1 di pere *zammarrine*
- g 200 di zucchero

- ✓ Lavare le pere del tipo *zammarrine* (di formato piccolo e a polpa soda) o altre varietà.
- ✓ Sbuciarle eliminando il torsolo e tagliarle a spicchi.
- ✓ Mettere le pere a cuocere in una pentola d'acciaio aggiungendo lo zucchero.
- ✓ Continuare la cottura mescolando spesso con un cucchiaino di legno, tenendo la fiamma molto bassa. Se si preferisce una marmellata più densa ed omogenea, passarla al setaccio a metà cottura.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando, mettendone un cucchiaino su di un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto. Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.

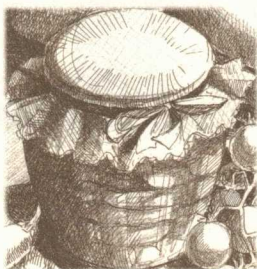
◦ *La cutugnata* ◦

• *Marmellata di cotogne a pezzi* •

INGREDIENTI

- kg 1 di cotogne
- zucchero
- un limone
- un'arancia
- cannella

- ✓ Lavare e sbollentare le cotogne con la buccia, eliminare i torsoli, tagliarle a pezzi e pesarle.
- ✓ Mettere la frutta pulita in una pentola d'acciaio, aggiungere la stessa quantità di zucchero e far cuocere a fiamma bassa per circa mezz'ora. Passare al setaccio o frullare il composto.
- ✓ Unire il succo e la buccia grattugiata di un limone, la buccia grattugiata di un'arancia e la cannella; continuare a cuocere a fuoco moderato fino a quando la cotognata non assume un colore rosso-bruno.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino su di un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Versarla su di un piano di marmo, stenderla e una volta raffreddata tagliarla a pezzi (romboidali, rettangolari ecc.).
- ✓ Se si possiedono delle formine d'alluminio, versare la marmellata ancora calda nelle stesse, avendole precedentemente foderate con pellicola per alimenti (per staccarla facilmente una volta raffreddata).
- ✓ Conservare la cotognata in recipienti di vetro o avvolta in carta oleata.



◦ *Marmellata ti cotogni* ◦

• *Marmellata di cotogne* •

INGREDIENTI

- kg 1 di cotogne
- zucchero
- 1 limone

- ✓ Lavare le cotogne, eliminare il torsolo e tagliarle a pezzi.
- ✓ Farle lessare con la buccia in poca acqua e quando si sono ammorbidite passarle al setaccio. Pesarle. Unire la stessa quantità di zucchero, il succo di un limone e far cuocere a fiamma bassa, mescolando continuamente con un cucchiaino di legno.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino su di un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.

◦ *Marmellata ti limuni* ◦

◦ *Marmellata di limoni* ◦

INGREDIENTI

- kg 1 di limoni non trattati
- zucchero

- ✓ Lavare i limoni, tagliarli a pezzi con tutta la buccia eliminando i semi.
- ✓ Pesare, sistemare il preparato in un recipiente; coprire d'acqua e lasciare riposare per circa dodici ore.
- ✓ Scolarli e metterli in un tegame d'acciaio, aggiungere acqua fredda fino a coprirli e far bollire per circa un'ora a fiamma alta.
- ✓ Se si preferisce una marmellata più densa ed omogenea, passarla al setaccio.
- ✓ Aggiungere la stessa quantità di zucchero e continuare a far bollire per mezz'ora, a fiamma moderata.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino in un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.



◦ *Marmellata ti marangi* ◦

◦ *Marmellata di arance* ◦

INGREDIENTI

- kg 1 di arance non trattate
- g 600 di zucchero

- ✓ Lavare le arance, pesarle e con una forchetta praticare dei fori sulla buccia.
- ✓ Sistemarle in un recipiente e coprirle d'acqua; lasciare riposare per circa tre giorni, avendo cura di cambiare l'acqua due o tre volte al giorno.
- ✓ Scolare e tagliare le arance a pezzi eliminando i semi.
- ✓ Versare il preparato in un recipiente d'acciaio, aggiungere lo zucchero e far cuocere a fiamma moderata, mescolando con un cucchiaino di legno.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino in un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.

◦ **Marmellata di rumuli** ◦ • **Marmellata di more di rovo** •

INGREDIENTI

- kg 1 di more selvatiche
- g 650 di zucchero

- ✓ Lavare accuratamente le more mature e farle sgocciolare.
- ✓ Sistemarle in una terrina, aggiungere lo zucchero e mescolare bene; lasciarle riposare per una notte.
- ✓ Al mattino cuocere il composto per circa mezz'ora.
- ✓ Se si desidera una marmellata senza semi, passarla al setaccio e bollire per altri 10 minuti.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta, prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.



◦ **Marmellata di mareni** ◦ • **Marmellata di amarene** •

INGREDIENTI

- kg 1 di amarene
- zucchero

- ✓ Lavare accuratamente le amarene mature, togliere il nocciolo e raccogliere il succo e la polpa in una terrina; pesare. Aggiungere la stessa quantità di zucchero, mescolare bene e lasciare riposare per una notte.
- ✓ Al mattino cuocere il composto per circa mezz'ora a fuoco moderato, mescolando spesso.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino in un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.

◦ **Marmellata di fichi** ◦ • **Marmellata di fichi** •

INGREDIENTI

- kg 1 di fichi
- g 400 di zucchero

- ✓ Pulire i fichi e cuocerli per quarantacinque minuti; aggiungere lo zucchero e continuare a mescolare per altri quindici minuti.
- ✓ La marmellata sarà pronta quando mettendone un cucchiaino in un piatto inclinato, non cola giù.
- ✓ Invasare la marmellata ancora calda, chiudere ermeticamente e capovolgere i vasi per qualche minuto.
- ✓ Far raffreddare sotto coperta prima di riporli nella dispensa.
- ✓ La marmellata si può anche sterilizzare per almeno 30 minuti.

◦ **Sciruppu ti mareni** ◦

• **Scioppo di amarene** •

INGREDIENTI

- kg 1 di amarene
- zucchero

- ✓ Lavare accuratamente le amarene mature, asciugarle, snocciolarle e raccogliere il liquido in una terrina.
- ✓ Pesarle e aggiungere la stessa quantità di zucchero; mescolare bene e lasciarle riposare per una notte.
- ✓ Versare il composto in un tegame d'acciaio, cuocere per ventina di minuti dal bollore.
- ✓ Far raffreddare, filtrare e imbottigliare lo scioppo.
- ◇ Si può invasare lo scioppo non filtrato.
- ◇ Per ottenere una bevanda rinfrescante diluire 50 g. di scioppo in un bicchiere d'acqua fredda (200 ml).
- ◇ Si può decorare un gelato versando un cucchiaino di scioppo con la frutta a pezzetti.

◦ **Sciruppu ti marangi o ti limuni** ◦

• **Scioppo di arance o di limoni** •

INGREDIENTI

- 1 litro di succo d'arancia
- succo di 2 limoni
- zucchero

- ✓ Lavare le arance, spremere e raccogliere il succo filtrandolo in una pentola d'acciaio. Pesarle.
- ✓ Versare la stessa quantità di zucchero e far cuocere moderatamente per circa mezz'ora.
- ✓ Far raffreddare e imbottigliare il liquido.
- ◇ Per ottenere una bevanda rinfrescante diluire 50 g di scioppo in un bicchiere d'acqua fredda (200 ml).
- ◇ Si può utilizzare per gelati e macedonie.

Variante: Sostituendo le arance con i limoni si otterrà lo scioppo di limone



◦ **Mareni sciruppati** ◦

• **Amarene scioppate** •

INGREDIENTI

- amarene
- zucchero

- ✓ In vasetto di vetro alternare ad uno strato di amarene snocciolate uno strato di zucchero.
- ✓ Coprire con un canovaccio e lasciar macerare per circa 12 ore, sino a quando si sarà creato uno scioppo.
- ✓ Chiudere ermeticamente e tenere *a sole e sereno* per almeno 10 giorni (deve crearsi il sottovuoto).
- ✓ Conservare in luogo fresco e asciutto.

◦ *Peri sciruppati* ◦

• *Pere sciroppate* •

INGREDIENTI

- Pere zammarrine di dimensione piccola e a polpa soda
- g 100 zucchero per 1 kg di pere

- ✓ Pelare le pere, senza privarle del peduncolo e sistemarle in vasi di vetro da un chilo; aggiungere lo zucchero e poca acqua.
- ✓ Chiudere ermeticamente, bollire per circa trenta minuti e lasciar raffreddare nell'acqua di cottura.



◦ *Frutta sciruppata* ◦

• *Frutta sciroppata* •

INGREDIENTI

- kg 1 frutta
- 300 g di zucchero
- 1/2 litro d'acqua
- buccia di limone

- ✓ Lavare la frutta (mele, pere, pesche) che deve essere perfettamente sana e matura al punto giusto.
- ✓ Togliere buccia e semi e tagliarla a grossi pezzi.
- ✓ Preparare lo sciroppo facendo bollire l'acqua, lo zucchero e la buccia di limone per circa cinque minuti.
- ✓ Sistemare i pezzi di frutta nei vasi e ricoprire con lo sciroppo.
- ✓ Chiudere ermeticamente e sterilizzare per circa mezz'ora.
- ✓ Far raffreddare prima di riporli in dispensa.

◦ *Canditi ti marangi* ◦

• *Scorzette di arance candite* •

INGREDIENTI

- buccia di arance non trattate
- zucchero

- ✓ Sbucciare le arance e tagliare a listarelle le scorse; sistemarle in una ciotola e coprirle d'acqua.
- ✓ Lasciare riposare per tre giorni, avendo cura di cambiare l'acqua due volte al giorno.
- ✓ Scolare e sbollentare per una decina di minuti; sgocciolare e asciugare con un panno di cotone; pesare.
- ✓ Versare in un tegame la stessa quantità di zucchero; aggiungere tre cucchiaini d'acqua e fare sciogliere a fiamma bassa.
- ✓ Unire le scorse e proseguire la cottura fino a quando lo zucchero sarà quasi caramellato (biondo).
- ✓ Versare su un piano di marmo e far raffreddare; conservare in vasi di vetro.

INGREDIENTI

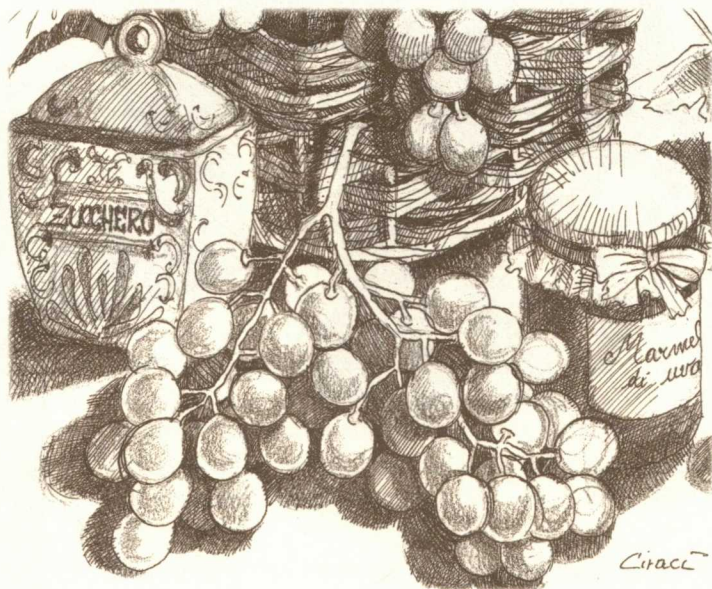
- grappoli di uva bianca matura
- un po' di cenere di legna

- ✓ Portare ad ebollizione acqua abbondante con l'aggiunta della cenere setacciata.
- ✓ Legare due grappoli con uno spago, immergerli nell'acqua tenendoli sospesi con un'assicella che poggia sui bordi della pentola; bollire per qualche minuto.
- ✓ Appena la buccia tenderà a sbiancare, toglierla dall'acqua e appenderla al sole per circa 15 giorni, ricoprendola con un velo o una garza.
- ✓ Quando sarà appassita, ritirla e conservarla in luogo fresco e asciutto.

INGREDIENTI

- 1 kg d'uva bianca matura
- 1/2 litro d'alcool puro o anice

- ✓ Tagliare gli acini dai grappoli conservando il picciolo.
- ✓ Scegliere gli acini più grossi, sani e maturi; lavarli e asciugarli bene.
- ✓ Sistemarli in un vaso di vetro e coprire con alcool o l'anice.
- ✓ Il giorno dopo assicurarsi che tutti gli acini siano coperti.
- ✓ Chiudere ermeticamente e conservare in un luogo fresco e buio.





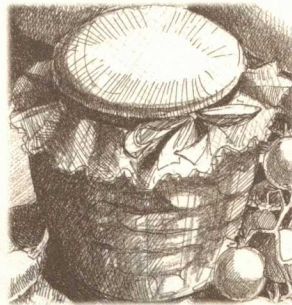
◦ *Scarcioppuli sott'ogliu* ◦

• *Carciofi sott'olio* •

INGREDIENTI

- Kg 1 di carciofi
- 4 limoni
- 1/2 litro d'aceto
- sale
- spicchi d'aglio
- foglie di menta
- olio d'oliva

- ✓ Pulire i carciofi eliminando tutte le foglie dure e tagliarne le punte.
- ✓ Eliminare il gambo e, se i carciofi sono grossi, tagliarli in quarti.
- ✓ Immergerli in un recipiente contenente abbondante acqua, il succo di due limoni e un bicchiere d'aceto.
- ✓ Mettere sul fuoco un recipiente d'acciaio con circa due litri d'acqua, 1/2 litro d'aceto, il succo di due limoni e il sale. Appena il liquido comincia a bollire unire i carciofi e far cuocere per 5 minuti.
- ✓ Scolarli, lasciarli sgocciolare e sistemarli nei vasi. Unire le foglie di menta, l'aglio e ricoprire con olio d'oliva.
- ✓ Dopo qualche giorno controllare che l'alimento sia coperto d'olio, eventualmente aggiungerlo; assicurarsi che non vi siano bolle d'aria.
- ✓ Chiudere ermeticamente e riporre in luogo fresco e buio.



◦ *Marangiani sott'ogliu* ◦

• *Melanzane sott'olio* •

INGREDIENTI

- kg 2 di melanzane
- 1/2 litro d'aceto
- sale
- spicchi d'aglio
- foglie di menta
- olio d'oliva

- ✓ Lavare, sbucciare le melanzane e tagliarle a fette di circa un centimetro; sistemarle in un colapasta alternando a strati di sale grosso.
- ✓ Porre dei pesi sulle melanzane e lasciare riposare per circa 12 ore (si elimina l'acqua amarognola).
- ✓ Mettere le melanzane nei vasi pressandole e ricoprendole d'aceto. Dopo 12 ore circa, capovolgere il vaso e scolare l'aceto. Unire le foglie di menta, l'aglio e ricoprire con olio d'oliva.
- ✓ Dopo qualche giorno controllare che l'alimento sia coperto d'olio, eventualmente aggiungerlo; assicurarsi che non vi siano bolle d'aria.
- ✓ Chiudere ermeticamente e riporre in luogo fresco e buio.

◦ Ampasciuni sott'ogliu ◦

• Muscari sott'olio •

INGREDIENTI

- Kg 3 di muscari (*ampasciuni*)
- 1 litro d'aceto
- sale
- olio d'oliva
- peperoncino
- aglio
- menta

- ✓ Lavare e scottare in acqua bollente i lampascioni per facilitarne la pulizia.
- ✓ Scolare, sbucciare e lasciare asciugare per qualche ora su un canovaccio.
- ✓ Mettere sul fuoco una pentola d'acciaio con un litro d'aceto e il sale; quando inizia a bollire versare l'*ampasciuni* e cuocere per cinque minuti.
- ✓ Scolare e porre i lampascioni nei vasi, unendo aglio, menta e peperoncino; ricoprirli con olio d'oliva.
- ✓ Chiudere ermeticamente e riporre in luogo fresco e buio.

Variante: Sostituire i lampascioni con delle cipolline, funghi, peperoni e zuccina.

◦ Spargini sott'ogliu ◦

• Asparagi sott'olio •

INGREDIENTI

- asparagi
- aceto bianco
- olio d'oliva
- sale

- ✓ Far cuocere in aceto bollente gli asparagi per circa tre minuti, sistemarli ben sgocciolati in un vasetto di vetro e coprirli con olio d'oliva.



◦ Pipaluri allu carucu ◦

• Peperoni sotto peso •

INGREDIENTI

- Kg 3 di peperoni a corna di bue
- Kg 1 di sale
- Aglio
- Menta

- ✓ Lavare e asciugare i peperoni. Eliminare il picciolo, i semi e tagliarli a metà.
- ✓ Disporre i peperoni alternati a strati di sale aglio e menta.
- ✓ Coprirli con un peso e lasciare riposare per circa 24 ore; scolare il liquido formatosi.
- ✓ Dopo qualche giorno ripetere il procedimento fino a riempire completamente il recipiente.
- ✓ Riporre in luogo fresco e buio.

Il recipiente tipico per questa preparazione è *lu stangatu*.

◦ Pipaluri acrutoci ◦

• Peperoni in agrodolce •

INGREDIENTI

- Kg 1 di peperoni gialli, rossi e verdi
- 1/2 litro d'aceto
- un cucchiaio di zucchero
- un cucchiaio di sale
- olio di oliva

- ✓ Lavare e asciugare i peperoni che devono essere sani, carnosi e duri.
- ✓ Eliminare il picciolo, i semi e tagliare a pezzi piuttosto grossi e regolari.
- ✓ Mettere in una pentola d'acciaio l'aceto, lo zucchero, il sale e portare ad ebollizione.
- ✓ Versare i peperoni e far cuocere per due minuti mescolando delicatamente con un cucchiaio di legno.
- ✓ Scolare e sistemare nei vasi ricoprendoli con del buon olio d'oliva.
- ✓ Riporre in luogo fresco e buio.

Variante: Sistemare i peperoni nei vasi e ricoprire con il liquido di cottura ancora caldo.

Sostituire i peperoni con i fagiolini, zucca gialla e cetrioli.

◦ Giardiniera ◦

• Antipasto di verdure •

INGREDIENTI

- Kg 1 di verdure miste (sedano, cetrioli, cipolle, carote, cavolfiore, fagiolini, peperoni, finocchio)
- 1 litro di aceto
- 200 g di sale
- olio di oliva

- ✓ Lavare, asciugare e pulire tutte le verdure.
- ✓ Tagliare a pezzi e sistemare in un recipiente ricoprendole con l'aceto e il sale.
- ✓ Lasciare marinare per 24 ore mescolando delicatamente con un cucchiaio di legno.
- ✓ Sgocciolare le verdure, che non devono asciugare completamente, ma devono trattenere un po' d'aceto.
- ✓ Disporre nei vasi e ricoprire con del buon olio d'oliva.



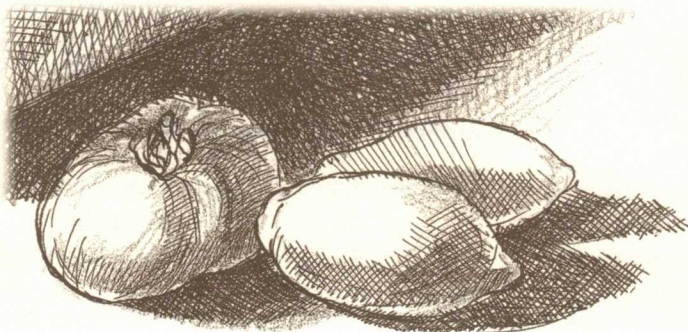
◦ Verduri acrutoci ◦

• Verdure in agrodolce •

INGREDIENTI

- Kg 1 di verdure miste (sedano, cetrioli, cipolle, carote, cavolfiore, fagiolini, peperoni, finocchio)
- 1 litro di aceto
- 200 g. sale
- zucchero
- $\frac{1}{4}$ d'acqua

- ✓ Lavare, asciugare, pulire e tagliare a pezzi tutte le verdure.
- ✓ In una pentola d'acciaio mettere l'aceto, il sale, lo zucchero, l'acqua e portare ad ebollizione.
- ✓ Aggiungere le verdure e cuocere per qualche minuto.
- ✓ Sistemare le verdure nei vasi pressandole bene; ricoprire con il liquido di cottura.



◦ Brascioli ti pipaluri sott'ogliu ◦

• Peperoni farciti sott'olio •

INGREDIENTI

- Kg 2 di peperoni gialli, rossi
- $\frac{3}{4}$ litro d'aceto
- $\frac{1}{4}$ di acqua
- sale
- olio di oliva
- capperi
- filetti di acciughe
- peperoncini

- ✓ Lavare e asciugare i peperoni che devono essere sani, carnosi e duri.
- ✓ Eliminare il picciolo, i semi e tagliare a listarelle.
- ✓ Mettere in una pentola d'acciaio l'aceto, l'acqua, il sale e portare ad ebollizione.
- ✓ Versare i peperoni mescolando delicatamente con un cucchiaino di legno; dopo due minuti scolarli e stenderli ad asciugare su un canovaccio.
- ✓ Prendere i peperoni e mettere su ogni listarella un filetto d'acciuga, un capperone e del peperoncino. Arrotolare e fermare con uno stuzzicadenti; disporre a strati nei vasi e coprire con olio d'oliva.
- ✓ Riporre in luogo fresco e buio.

Variante: prendere dei peperoncini rossi a ciliegina, svuotarli e riempirli con i filetti d'acciughe e capperi. Sistemare nei vasetti e coprire con olio d'oliva.

◦ *Pipaluri all'acitu* ◦

• *Peperoni sott'aceto* •

INGREDIENTI

- kg 2 di peperoni gialli, rossi e verdi
- 1 litro di zaceto
- sale
- aglio
- menta

- ✓ Lavare e asciugare i peperoni che devono essere sani, carnosi e duri.
- ✓ Eliminare il picciolo, i semi e tagliarli a metà.
- ✓ Metterli in un colapasta alternando uno strato di peperoni e uno di sale.
- ✓ Ricoprire con un peso e lasciare riposare per 24 ore.
- ✓ Sistemare nei vasi con l'aglio, la menta e ricoprire con aceto.
- ✓ Riporre in luogo fresco e buio.

◦ *Pipaluri rrustuti sott'ogliu* ◦

• *Peperoni grigliati sott'olio* •

INGREDIENTI

- peperoni tipo napoletano
- aglio
- capperi
- olio di oliva
- sale

- ✓ Grigliare dei peperoni, spellarli e asciugarli, privandoli dei semi e del peduncolo.
- ✓ Tagliarli a listarelle e sistemarli in vasetto di vetro con aglio, sale, capperi e ricoprirli d'olio d'oliva.



◦ *Chiappiri sotta sali* ◦

• *Capperi sotto sale* •

INGREDIENTI

- kg 1 boccioli di capperi
- g 600 di sale

- ✓ Prendere dei piccoli boccioli di capperi (che non abbiano ancora prodotto i fiori), tutti della stessa misura.
- ✓ Mettere i capperi in un recipiente con il sale e mescolare delicatamente.
- ✓ Lasciare riposare per una decina di giorni, avendo cura di cambiare recipiente e aggiungere nuovo sale ogni giorno, per evitare che la salamoia li rammollisca.
- ✓ Alla fine, sgocciolare i capperi e asciugarli cospargendoli con dell'altro sale.
- ✓ Quando sono asciutti, conservare in vasetti di vetro.

Variante: lavati bene dal sale si possono conservare coprendoli con aceto bollito e fatto raffreddare.



◦ **Funghi sott'oglia** ◦

• **Funghi sott'olio** •

INGREDIENTI

- Funghi
- Aceto bianco
- Olio d'oliva
- Sale
- Aglio
- Prezzemolo

- ✓ Pulire i funghi con un pennello e un canovaccio umido.
- ✓ Farli cuocere per circa due minuti in acqua e aceto bollenti.
- ✓ Scolarli e sistemarli in vasetti di vetro con aglio e prezzemolo.
- ✓ Coprire con olio d'oliva.



◦ **Tiaulicchi sott'ogliu** ◦

• **Peperoncini sott'olio** •

INGREDIENTI

- peperoncini
- olio d'oliva

- ✓ Accorciare il picciolo dei peperoncini, che devono essere sani, carnosì e duri.
- ✓ Lavare e asciugare bene. Sistemare nei vasetti di vetro e coprire con olio d'oliva.



◦ **Aulivi alla conza** ◦

• **Olive alla concia** •

INGREDIENTI

- kg 4 d'olive verdi a drupa grossa
- kg 1,5 di calce viva
- kg 4 di cenere di ulivo
- 150 g di sale
- finocchio selvatico
- rametti di mirto
- foglie di alloro

- ✓ Scegliere le olive verdi sane a drupa grossa e lavarle.
- ✓ Sciogliere la calce e la cenere nell'acqua e mettere a macerare le olive per circa 12 ore. Per questo tempo bisogna *nazzicarli* (girarli e rigirarli) più volte.
- ✓ Prendere un'oliva con le mani ed aprirla per verificare se il seme si stacca facilmente dalla polpa; assaggiare per sentirne il sapore: deve essere dolce.
- ✓ Lavare e tenere in acqua pulita per circa una settimana, cambiando l'acqua due volte al giorno.
- ✓ Scolare e sistemare in vasi coprendole con acqua fredda precedentemente fatta bollire col sale, il finocchio selvatico, le foglie d'alloro e i rametti di mirto.
- ✓ Si possono sterilizzare.



◦ *Aulivi all'acqua* ◦

• *Olive in acqua* •

INGREDIENTI

- kg 1 di olive verdi o nere
- sale 100 g
- fette di buccia di limone
- rametti di mirto
- foglie di alloro

- ✓ Scegliere le olive verdi o nere e lavarle. Metterle in un recipiente, ricoprirle d'acqua e cambiarla ogni giorno per circa un mese.
- ✓ Far bollire in un litro d'acqua 100 grammi di sale e foglie d'alloro.
- ✓ Far raffreddare, sistemare nei vasi di vetro le olive, ricoprire con il liquido preparato e aggiungere la buccia di limone o d'arancia, foglie d'alloro e rametti di mirto.
- ✓ Sono pronte dopo circa quattro mesi; non prenderle con le mani, ma con un mestolo per un'ulteriore e buona conservazione.

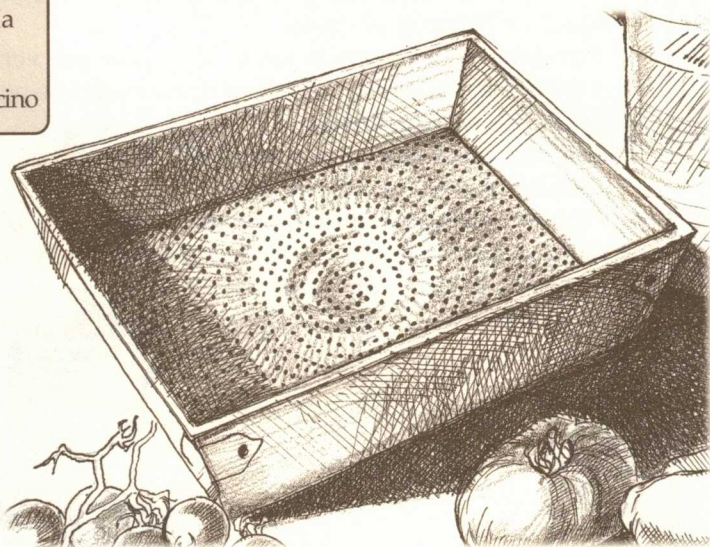
◦ *Aulivi neri* ◦

• *Olive nere* •

INGREDIENTI

- Olive nere
- Alloro
- Semi di finocchio
- Sale
- Buccia d'arancia
- Aglio
- Peperoncino

- ✓ Tenere le olive nere per circa quindici giorni in acqua, avendo cura di cambiarla due volte al giorno.
- ✓ Aromatizzare dell'acqua con alloro, semi di finocchio, sale e buccia d'arancia e lasciar cuocere per circa venti minuti.
- ✓ Sistemare le olive nei vasetti e condirle con aglio e peperoncino, ricoprirle con l'acqua aromatizzata lasciata precedentemente raffreddare.



INGREDIENTI

- kg 5 di pomodori maturi
- g 150 di sale
- acido salicilico
- foglie di basilico
- gambi di sedano

- ✓ Eliminare il picciolo, lavare accuratamente e schiacciarli per eliminare i semi.
- ✓ Metterli in una pentola aggiungendo il basilico e il sedano, cuocere per circa 1/2 ora a fiamma moderata mescolando con un cucchiaino di legno.
- ✓ Versare su *lu cannizzu* (letto di canne) ricoperto da un telo di cotone a trama stretta o in un colapasta, per eliminare l'acqua in eccesso.
- ✓ Passare al passapomodoro raccogliendo il concentrato in un recipiente.
- ✓ Pesare e aggiungere 2 grammi d'acido salicilico per ogni chilo di salsa.
- ✓ Versare in bottiglie o vasi di vetro, chiudere ermeticamente e conservare in luogo fresco e asciutto.
- ✓ Se si vuole eliminare il conservante (l'acido salicilico) sterilizzare per almeno 30 minuti.



INGREDIENTI

- kg 2 di pomodori maturi
- spicchi di aglio
- foglie di basilico
- gambi di sedano
- una cipolla
- peperoni rossi

- ✓ Lavare accuratamente i pomodori e i peperoni, tagliarli a pezzetti eliminando il picciolo e i semi.
- ✓ Metterli in una pentola aggiungendo il basilico, il sedano, l'aglio e la cipolla.
- ✓ Cuocere a fiamma moderata mescolando con un cucchiaino di legno.
- ✓ Versare su *lu cannizzu* (letto di canne) ricoperto da un telo di cotone a trama stretta o in un colapasta, per eliminare l'acqua della cottura.
- ✓ Passare alla *cunservalora* (passapomodoro) raccogliendo la salsa in un tegame. Rimettere sul fuoco aggiungendo il sale e lasciare bollire lentamente per un'ora.
- ✓ Versare la salsa, ancora calda, in bottiglie o vasi di vetro, chiudere ermeticamente.
- ✓ Sterilizzare per almeno 30 minuti e conservare in luogo fresco e asciutto.

Un tempo si faceva concentrare il preparato lasciandolo per diversi giorni a sole, rigirandola spesso.

Variante: Per ottenere *lu cunsirvoni* (salsa piccante) aggiungere *tiaulicchi* (peperoncini piccanti).



◦ **Pummitori siccati sott'oglu** ◦

• **Pomodori secchi sott'olio** •

INGREDIENTI

- Kg 1 di pomodori maturi qualità San Marzano
- Sale grosso
- Peperoncino
- Aglio
- Capperi
- Olio d'oliva

- ✓ Lavare e asciugare i pomodori.
- ✓ Dividerli a metà e disporli sul *cannizzu* (letto di canne).
- ✓ Cospargerli con abbondante sale grosso e lasciarli essiccare al sole per 5 o 6 giorni.
- ✓ Una volta essiccati sistemarli in vasetti di vetro disponendoli a strati intervallati da aglio, peperoncino e capperi.
- ✓ Coprire con olio d'oliva e conservare in luogo fresco e buio.
- ✓ Prima di consumarli, far riposare almeno quindici giorni.

◦ **Pummitori a pizzetti** ◦

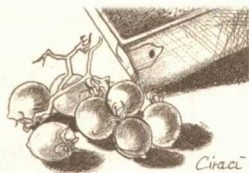
• **Pomodori a pezzi** •

INGREDIENTI

- Kg 2 di pomodori grossi e poco maturi
- g 100 di sale
- Foglie di basilico
- Sedano
- Aglio
- Cipolla
- Peperoncini (*tiaulicchi*)

- ✓ Eliminare il picciolo, lavare accuratamente i pomodori tagliarli a pezzi e spremerli delicatamente per far fuoriuscire l'acqua di vegetazione.
- ✓ Metterli in vasi di vetro o in bottiglie dal collo largo con il sale, il basilico, il sedano, l'aglio e la cipolla.
- ✓ Chiudere ermeticamente e sterilizzare per almeno 30 minuti.
- ✓ Conservare in luogo fresco e asciutto.

Variante: Se si vuole un preparato piccante aggiungere *tiaulicchi* (peperoncini).



◦ **Piponi** ◦

• **Peperoncini essiccati** •

INGREDIENTI

- Peperoncini

- ✓ Lasciare essiccare all'ombra i peperoncini, infornarli a calore tenue.
- ✓ Una volta tostati ridurli in polvere prima di conservarli in vasetti di vetro.

◦ *Pipaluri, marangiani e pummitori* ◦

• *Peperoni, melanzane e pomodori* •

INGREDIENTI

- kg 1 di melanzane
- g 500 di pomodori
- g 300 di peperoni
- Sale
- Basilico
- Peperoncino
- Aceto

- ✓ Tagliare le melanzane a listarelle, salarle e lasciarle in un cola-pasta per circa trenta minuti.
- ✓ Pelare i pomodori dopo averli bolliti per circa 30 secondi e tagliarli a spicchi.
- ✓ Tagliare i peperoni a listarelle, dopo aver eliminato i semi e il picciolo, sbollentarli in acqua e aceto.
- ✓ Lavare le melanzane, sgocciolarle e unire i pomodori, i peperoni, il basilico, il sale e il peperoncino.
- ✓ Sistemarli in una bottiglia dal collo largo, chiudere ermeticamente e sterilizzare per almeno 30 minuti.

◦ *Sardi salati* ◦

• *Sardine salate* •

INGREDIENTI

- Sardine
- Sale

- ✓ Privare le sardine della testa, delle interiora e della lisca, lavarle, asciugarle.
- ✓ Sistemarle in un recipiente di vetro, alternando ad ogni strato del sale marino grosso.
- ✓ Sistemare un peso sul pesce e appena fuoriesce l'acqua, scolare e ripetere l'operazione più volte.
- ✓ Ricoprire con sale, chiudere in vasetti e conservare.

Variante: Ricoprire con olio d'oliva.

◦ *Scapece* ◦

• *Pesce fritto in salamoia* •

INGREDIENTI

- Vope
- Zafferano
- Farina
- Olio
- Pangrattato
- Aceto balsamico
- Menta
- Aglio

- ✓ Pulire il pesce (squamarlo, sventrarlo, lavarlo e asciugarlo), infarinarlo e friggerlo.
- ✓ Sistemarlo a strati in un vaso di vetro alternando del pangrattato, della menta e dell'aglio tritato.
- ✓ Coprire con dell'aceto in cui è stato diluito lo zafferano.



◦ **Baccalai all'acitu** ◦

• *Baccalà sott'aceto* •

INGREDIENTI

- Baccalà ammollato
- Olio di oliva
- Farina
- Aglio
- Menta

- ✓ Tagliare il baccalà in pezzi, infarinarlo e friggerlo.
- ✓ Sistemarlo nei vasi di vetro condendo con aglio, sale e menta.
- ✓ Coprire con aceto, chiudere ermeticamente e conservare in dispensa.

◦ **Purpu all'acitu** ◦

• *Polpo sott'aceto* •

INGREDIENTI

- Polpo
- Aceto bianco
- Aglio
- Prezzemolo
- Sale

- ✓ Lessare il polpo, pulirlo e tagliarlo in pezzi di circa due centimetri.
- ✓ Metterlo in un vaso di vetro condendo con aglio, prezzemolo.
- ✓ Coprire d'aceto, chiudere ermeticamente e conservare in dispensa.

◦ **Sgombri sott'ogliu** ◦

• *Sgombri sott'olio* •

INGREDIENTI

- Sgombro
- Aceto
- Olio di oliva
- Pepe
- Alloro

- ✓ Pulire il pesce (squamarlo, sventrarlo, lavarlo e asciugarlo).
- ✓ Lessarlo in una soluzione di 10% di acqua e 90% di aceto, pepe in grani, prezzemolo e alloro.
- ✓ Scolarlo, sistemarlo nei vasi, coprirlo d'olio.
- ✓ Chiudere ermeticamente e conservare in dispensa.





*Associazione Pro Loco
- Latiano -*

cunserva e cunsirvoni

Indice

1. FICHI CCUCCHIATI	pag. 7
2. CUÈTTU TI FICHI	pag. 8
3. LU CUÈTTU	pag. 8
4. LA MUSTARDA	pag. 9
5. LA PERATA	pag. 9
6. LA CUTUGNATA	pag. 10
7. MARMELLATA TI CUTOGNI	pag. 10
8. MARMELLATA TI LIMUNI	pag. 11
9. MARMELLATA TI MARANGI	pag. 11
10. MARMELLATA TI RUMULI	pag. 12
11. MARMELLATA TI MARENI	pag. 12
12. MARMELLATA TI FICHI	pag. 12
13. SCIRUPPU TI MARENI	pag. 13
14. SCIRUPPU TI MARANGI O TI LIMUNI	pag. 13
15. MARENI SCIRUPPATI	pag. 13
16. PERI SCIRUPPATI	pag. 14
17. FRUTTA SCIRUPPATA	pag. 14
18. CANDITI TI MARANGI	pag. 14
19. PASSULI	pag. 15
20. UA ALLU SPIRDU	pag. 15
21. SCARCIOPPULI SOTT'OGLIU	pag. 17
22. MARANGIANI SOTT'OGLIU	pag. 17
23. AMPASCIUNI SOTT'OGLIU	pag. 18
24. SPARGINI SOTT'OGLIU	pag. 18
25. PIPALURI ALLU CARUCU	pag. 18
26. PIPALURI ACRUTOCI	pag. 19
27. GIARDINIERA	pag. 19
28. VERDURI ACRU-TOCI	pag. 20
29. BRASCIOLI TI PIPALURI SOTT'OGLIU	pag. 20
30. PIPALURI ALL'ACITU	pag. 21
31. PIPALURI RRUSTUTI SOTT'OGLIU	pag. 21
32. CHIAPPURI SOTTA SALI	pag. 21
33. FUNGI SOTT'OGLIU	pag. 22
34. TIAULICCHI SOTT'OGLIU	pag. 23
35. AULIVI ALLA CONZA	pag. 23
36. AULIVI ALL'ACQUA	pag. 24
37. AULIVI NERI	pag. 24
38. SARSA TI PUMMITORI	pag. 25
39. CUNSERVA	pag. 25
40. PUMMITORI SICCATI SOTT'OGLIU	pag. 27
41. PUMMITORI A PIZZETTI	pag. 27
42. PIPONI	pag. 27
43. PIPALURI, MARANGIANI E PUMMITORI	pag. 28
44. SARDI SALATI	pag. 28
45. SCAPECE	pag. 28
46. BACCALAI ALL'ACITU	pag. 29
47. PURPU ALL'ACITU	pag. 29
48. SGOMBRI SOTT'OGLIU	pag. 29

Finito di stampare
nel mese di ottobre 2003
dalla Tipografia Neografica - Latiano (BR)

Si ringraziano per la collaborazione:

- Portaombrelli
- Tavoli
- Anfore



- Applique
- Fontane
- Cachepot

73020 CUTROFIANO (LE) ITALY - Zona Artigianale
Tel. 0836.544383 - 543578 • Fax 0836.543763
www.coliweb.com - e-mail: info@coliweb.com



**La Casa
dei Fiori**
i Massafra

ADDORBI FLOREALI PER TUTTE LE CERIMONIE
IMPRESA ONORANZE FUNEBRI
TRASPORTI NAZIONALI ED ESTERI

72022 LATIANO (BR)
Via Cavour, 4

Tel. neg.: 0831.724970
Tel. ab. : 0831.725723

Santo Vacca
INGROSSO ALIMENTARI
LEGUMI E ORTAGGI

72022 LATIANO (BR) - Via Caduti in Guerra, 44
Tel. 0831.724794 - Cell. 347.3347846

MUSCIO
salumeria • panetteria • frutta • verdura

UN'ANTICA TRADIZIONE... UN MODERNO PIACERE

Via Cadorna, 71 - Tel. 0831.726470 - LATIANO (BR)

SUPERMERCATI
PICK UP

di **Cosimo Errico**
Via Scarafile, 16 - Tel e Fax 0831.729799 - Latiano