

DOP

IL BIANCO & LA ROSSA
FAGIOLI & MELENZANE
DUE DOP PER IL POLLINO

*Le signore del Pollino svelano
le loro ricette segrete*



www.biancoerossadop.it



PRESENTAZIONE

Sono ormai diversi anni che l'Agenzia Lucana di Sviluppo ed Innovazione in Agricoltura ha intrapreso un percorso di valorizzazione e promozione delle tante produzioni agroalimentari del Pollino in collaborazione con l'Ente Parco, in particolare dei Comuni di Rotonda, Viggianello, Castelluccio Superiore ed Inferiore con due recenti riconoscimenti comunitari: la Dop Melanzana Rossa di Rotonda e la Dop Fagioli Bianchi di Rotonda.

Questi prodotti sono stati protagonisti in tanti appuntamenti regionali e nazionali e di una sagra "Il Bianco e la Rossa, fagioli e melanzane, due Dop per il Pollino" che ormai è diventata un appuntamento fisso della Valle del Mercure che vede il coinvolgimento dei produttori, dei trasformatori, degli operatori del turismo e la partecipazione della popolazione locale e dei turisti.

Questo ricettario rappresenta una miscellanea di tradizione e innovazione, un susseguirsi di ricette i cui colori e profumi richiamano i paesaggi del Pollino e testimoniano l'impegno e la passione culinaria delle "signore del Pollino" che hanno creato le pietanze e dei tecnici della AASD "Pollino" che si sono prodigati nella realizzazione di questo opuscolo.

Domenico Romaniello
Commissario Straordinario ALSIA



QUALCHE TRUCCO PER GUSTARE AL MEGLIO I NOSTRI PRODOTTI

La melanzana rossa di Rotonda a piena maturazione ha un retrogusto piccante a tratti amarostico, è preferibile consumarla quando è ancora acerba ed è di colore arancio chiaro con sfumature verdi.

I fagioli bianchi vengono utilizzati nelle pietanze come baccelli verdi, chiamati “Vaiane” o “Fagioli verdi”, come legumi freschi, appena raccolti, o come legumi secchi.

Questi ultimi devono essere tenuti a bagno 12 ore per rendere la cottura più veloce ed omogenea.

Per quanto riguarda i peperoni a scaglie o in polvere, nelle ricette si fa riferimento a quelli di Senise IGP dolci e piccanti ed è importante è sapere che, se utilizzati nei soffritti, vanno aggiunti all’ olio bollente a fuoco spento poiché si bruciano molto rapidamente. Il mais paesano ingrediente in più piatti tradizionali va tenuto a bagno dalle 24 alle 48 ore ed ha un tempo di cottura di ben 6 ore.

Infine l’ olio utilizzato nelle ricette è esclusivamente extravergine di oliva.

Un ringraziamento particolare va a Beatrice Volpe per la sua preziosa collaborazione ed alle signore del Pollino autrici delle ricette.

<i>Appendice dei termini tradizionali</i>	
“Laghinaturu”	Matterello
“Mesa”	Tavolo da lavoro
“Pignata”	Pentola di terracotta
“Fasul”	Fagioli
“Zafaran”	Peperoni da macinare
“Merlingiana a pummadora”	Melanzana rossa di rotonda
“Amaro”	Piccante

Coordinamento editoriale: Domenico Cerbino, Marcella Illiano, Matteo Cirigliano

Gruppo di lavoro: Domenico Cerbino, Marcella Illiano, Matteo Cirigliano, Antonio Di Napoli, Francesco Sassone, Nicola Sassone, Vincenzo Lauria, Francesco Scaldaferrì, Giuseppe Di Giano.

Foto: Matteo Cirigliano, Domenico Cerbino.

Progetto grafico: impaginazione e stampa: Grafiche ZACCARA Lagonegro.



MELANZANA ROSSA DI ROTONDA RIPIENA

della signora Filomena Perrone di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone

Melanzana Rossa di Rotonda di media grandezza Bacche **4**, Uova **2**, Mollica di pane **300 g**, Salsiccia **200 g**, Parmigiano **100 g**, Aglio **quanto basta**, Prezzemolo **quanto basta**, Sale **un pizzico**, Pepe **un pizzico**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Dopo aver lavato ed asciugato le melanzane private del picciolo e della polpa con un coltellino da cucina, subito dopo sbollentatele ed asciugatele. Nel frattempo preparate il ripieno mescolando in una terrina mollica, salsiccia ed uova. Amalgamate il composto con le spezie ed il condimento e farcite le melanzane. Fatele cuocere al forno adagiate in una pirofila con olio extravergine di oliva per 30 minuti a 180 gradi.

PIZZA RUSTICA BIANCA E ROSSA

della signora Annunziata Di Giano di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Farina 00 **500g**, Lievito di birra **30g**, Fagioli Bianchi di Rotonda **150g**, Melanzana Rossa di Rotonda **3**, Passata di pomodoro **300 g**, Basilico **20g**, Origano **10g**, Acqua, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

La preparazione della pizza è piuttosto lunga, comincia la sera prima mescolando circa 150g di farina con il lievito di birra ed un poco di acqua, per formare un impasto di consistenza morbida che lieviterà tutta la notte. Al mattino incorporate la farina rimasta nell'impasto della sera precedente e formate due panetti che dovranno riposare per un'ora. Nel frattempo scaldate le melanzane nel forno con un filo d'olio e un pizzico di sale, lessate i fagioli e fate asciugare sul fuoco la passata di pomodoro condita solo con un poco di sale. Riprendete la pasta e lavoratela nuovamente, subito dopo stendetela sul tavolo di lavorazione e fatela riposare per altri trenta minuti. Passato l'ultimo periodo di lievitazione condite la pizza con la passata di pomodoro, aggiungete le melanzane ed i fagioli, insaporite con un filo d'olio e una spruzzata di origano, ed infornate a 180° per 30 minuti. A fine cottura guarnite con il basilico fresco e servite.



INVOLTINI DI MELANZANA ROSSA DI ROTONDA

della signora Lucia Maradei di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda Bacche 4, Salsiccia fresca 200g, Polpa di melanzana rossa 200g, Parmigiano grattugiato 50 g, Mozzarella 100g, Aglio, Prezzemolo, Sale, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Tagliate le melanzane a dischi orizzontali e grigliatele. Lessate la polpa di melanzana e disponetela in una terrina dopo averla strizzata. Aggiungete la salsiccia, la mozzarella tagliata a dadini, il parmigiano, il sale, l'aglio ed il prezzemolo tritato. Dopo avere mescolato ed amalgamato l'impasto riempiate le fettine di melanzane ed arrotolatele, ponetele in una pirofila con un filo d'olio ed infornatele a 180° per 15 minuti.

MELANZANA ROSSA DI ROTONDA CON BOCCONCINI DI CONIGLIO

della signora Silvana Tramontana di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda 500g, Coniglio disossato 1Kg, Farina **quanto basta**, Uova 2, Latte mezzo bicchiere, Pangrattato **quanto basta**, Sale **quanto basta**, Pepe nero **quanto basta**, Prezzemolo **qualche foglia**, Menta **qualche foglia**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**



Preparazione

Tagliate a tocchetti la carne di coniglio, infarinatela e passatela nell'uovo sbattuto allungato con il latte. Eliminate il liquido in eccedenza ed impanate i pezzetti di carne con il pangrattato, disponeteli in una teglia precedentemente foderata con della carta da forno ed un filo d'olio. Infornate a 180 gradi per un'ora. Nel frattempo tagliate a fettine rotonde le melanzane e grigliatele. Disponete sul fondo di un piatto da portata le melanzane grigliate e condite olio, aglio e menta, ponete un pezzettino di coniglio su ogni fettina ed insaporite con prezzemolo tritato sale e pepe.



TAGLIATELLE E FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora *Vittoria Chiacchio di Castelluccio Inferiore*

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Per la pasta: Farina 500g, Acqua **quanto basta**, Sale **quanto basta**. *Per la zuppa:* Fagioli Bianchi di Rotonda secchi 300g (se freschi 200g), Pomodoro fresco 500g, Aglio **uno spicchio**, Cipolla **mezza**, Basilico **qualche foglia**, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Lessate i fagioli, nel frattempo impastate la farina con l'acqua ed un pizzico di sale, stendete la sfoglia e dopo averla arrotolata tagliate delle tagliatelle sottili. Mettete in un tegame olio, aglio, cipolla, fate appassire, aggiungete i pomodori ed insaporite con un po' di sale. Lessate le tagliatelle e quando le scolate lasciate un poco di acqua di cottura nella pentola, aggiungete i fagioli ed il sugo preparato precedentemente. Servite dopo aver mescolato ed amalgamato tutti gli ingredienti.

LAGANE E FAGIOLI POVERELLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora *Maria Sassone di Viggianello*

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Per la pasta: Farina 0 di "Carosella" 400g, Uova 2, Sale ed Acqua **quanto basta**. *Per la zuppa:* Fagioli Poverelli Bianchi di Rotonda secchi 300g (se freschi 200g), Aglio **uno spicchio**, Peperone di Senise macinato a scaglie **un cucchiaino**, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Lessate i fagioli e nel frattempo preparate le lagane, fatele asciugare e tagliatele a pezzi grossolani. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata e quando è pronta lasciate un poco di acqua di cottura nella pentola, a questo punto aggiungete i fagioli e lasciate riposare per qualche minuto. Nel frattempo soffriggete l'aglio in olio extravergine di oliva, e non appena si è imbrionito spegnete il fornello ed aggiungete il peperone di Senise macinato a scaglie. Mescolate l'olio insaporito alle lagane ed ai fagioli e servite.



TRIPPA, PATATE E FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora Federica Alagia di Castelluccio Superiore



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Trippa di maiale **250g**, Patate **250g**, Fagioli Bianchi di Rotonda **300g**, Salsa di Pomodoro **250g**, Cipolla **mezza**, Basilico **qualche foglia**, Prezzemolo **qualche foglia**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Lessate separatamente, trippa, fagioli e patate. Una volta cotti aggiungete alla trippa, i fagioli, le patate, la salsa di pomodoro, l'olio la cipolla il prezzemolo ed il basilico, rimetteteli sul fuoco fino a quando il pomodoro non si è asciugato. Servite il piatto con fette di pane casereccio.

FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA E PATATE AL SUGO DI POMODORO

della signora Maria Pitillo di Castelluccio Inferiore



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda secchi **300g**, Patate **500g**, Pomodoro fresco **200g**, Formaggio Pecorino a scaglie **100g**, Basilico **qualche foglia**, Prezzemolo **qualche foglia**, Sale **un pizzico**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Lessate separatamente i fagioli e le patate sbucciate e tagliate a pezzetti. Proseguite la cottura unendo i fagioli e le patate ed aggiungete un pomodoro fresco, olio, sale, pochissimo prezzemolo tritato e basilico. Servite caldo con aggiunta di scaglie di pecorino.

MINISTRA DI FAGIOLI VERDI DI ROTONDA

della signora Domenica Cantisani di Castelluccio Superiore



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Verdi di Rotonda **700g**, Patate **500g**, Peperoni verdi **200g**, Pancetta **60 g**, Aglio **uno spicchio**, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Sbucciate le patate e lessatele insieme ai fagioli verdi. Impastate le verdure lessate fino a farle diventare un composto uniforme. Nel frattempo friggete la pancetta con olio ed aglio. Mescolate l'olio della frittura alla crema di verdure fino a che non si amalgami perfettamente. Servite la minestra guarnita con pezzi di pancetta e peperoni fritti all'ultimo momento.



MELANZANA ROSSA DI ROTONDA ALLA GRIGLIA

della signora Maria Carlomagno di Castelluccio Superiore



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **500g**, Origano **10g**, Menta **20g**, Aglio **2 spicchi**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Tagliate a fette le melanzane e passatele sulla griglia fino a cottura completa. Disponete le fette grigliate in un piatto da portata ed insaporitele a strati con olio, sale, aglio, origano e menta. Lasciate riposare per qualche ora e servite.

ZUPPA DI FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora Antonietta Celano di Castelluccio Inferiore



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **500g**, Aglio **1 spicchio**, Cipolla **mezza**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Lessate i fagioli e, non appena sono pronti, in una padella, soffriggete olio, aglio e cipolla. Aggiungete il soffritto ai fagioli e fateli cuocere insieme per qualche minuto. Servite con bruschette o pane casereccio fresco secondo i gusti.

MELANZANA ROSSA DI ROTONDA GRIGLIATA

della signora Maria Vittoria Di Tomaso di Rotonda



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **400g**, Aglio **3 spicchi**, Prezzemolo **100g**, Olio **2ml**, Aceto **2ml**, Origano **50g**, Sale **40g**.

Preparazione

Tagliate le melanzane a fette e mettetele sotto sale per mezz'ora. Asciugatele e grigliatele. Insaporite con olio aceto, origano ed aglio, lasciate riposare qualche ora e servite.



MINISTRONE DI VAIANE E PATATE

della signora Maria Carmela Battaglia di Viggianello



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Vaiane (di Fagioli Bianchi Poverelli di Rotonda) **700g**, Patate **500g**, Zucchine **200g**, Pomodoro fresco **200g**, Cipolla **mezza**, Sedano **un gambo piccolo**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Tagliate a dadini le verdure e mettetele a cuocere tutte insieme con un pomodoro fresco, mezza cipolla, un gambo di sedano ed un filo di olio extravergine di oliva. A cottura ultimata servite questo minestrone caldo ma non bollente poiché si prepara in estate quando è possibile trovare i fagioli verdi.

FAGIOLI POVERELLI DI ROTONDA AL PEPERONCINO

della signora Maria Sassone di Rotonda



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Poverelli di Rotonda secchi **400 g**, Peperoncini piccanti **2**, Aglio **1 spicchio**, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Mettete a bagno per 12 ore i fagioli, quando si sono ammorbiditi lessateli e durante la cottura aggiungete il sale. Soffriggete in un tegame a parte l'aglio ed i peperoncini interi per 5 minuti ed aggiungeteli ai fagioli dopo la lessatura. Mescolate i fagioli e il condimento, servite il piatto caldo con crostini di pane raffermo.

RAPPASCIONA

della signora Lucia Luigina Sassone di Viggianello



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **300g**, Mais quarantino bianco **250g**, Grano tenero **250g**, Aglio **uno spicchio**, Peperone di Senise macinato **un cucchiaino**, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Questo piatto si prepara solitamente per il Capodanno nel comune di Viggianello. Mettete a bagno per 24 ore il mais ed il grano e per 12 ore i fagioli, quando si saranno ammorbiditi a sufficienza lessateli separatamente. Una volta pronti mescolateli insieme e proseguite la cottura insaporendoli con l'aggiunta di un soffritto di olio, aglio e scaglie di peperone.



TAPPICELLE CON FAGIOLI POVERELLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora Nicolina De Filpo di Viggianello

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Per la pasta: Farina di grano duro Cappelli **500g**, Acqua e Sale **quanto basta**. *Per la zuppa:* Fagioli Poverelli Bianchi di Rotonda **300g**, Pomodori freschi **300g**, Cipolla **mezza**, Basilico **20g**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Impastate la farina con acqua e sale sull' apposito tavolo da lavoro. Dopo aver lavorato a mano l' impasto, stendete la sfoglia con l' ausilio di un mattarello fino a che lo spessore non sia di mezzo centimetro e la forma della sfoglia circolare. A questo punto tagliate la sfoglia "lagana" a quadratini di meno di un centimetro chiamati "Tappicelle" e lasciateli asciugare. Nel frattempo lessate lentamente sul fuoco i fagioli. Preparate a parte il condimento fatto di un soffritto di olio, pomodoro fresco costoluto, cipolla bianca e basilico, aggiungetelo ai fagioli per ulteriori 30 minuti di cottura. Cuocete le tappicelle in acqua bollente per circa 10 minuti ed a cottura ultimata unitele alla minestra di fagioli.

RASCATEDDRE AL FILETTO DI MELANZANA ROSSA DI ROTONDA E CACIOCAVALLO PICCANTE

della signora Rosa De Cristofaro di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda Bacche **3**, Fusilli **330g**, Caciocavallo piccante a scaglie **40g**, Pomodori pachino **2**, Aglio **uno spicchio**, Sale e Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Sbucciate le melanzane, tagliatele a listarelle e frigatele con aglio e olio. Nel frattempo cuocete i fusilli in abbondante acqua bollente e salata. Quando la pasta è pronta saltatela in padella con le melanzane. Servite con scaglie di cacio piccante e spicchi di pomodorino.



FRITTATA DI MELANZANA ROSSA DI ROTONDA

della signora *Maria De Tommaso di Rotonda*



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **400g**, Uova **4**, Formaggio grana grattugiato **30g** Sale **un pizzico**, Pepe **un pizzico**, Basilico **una foglia**, Origano **una spruzzata**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Procedimento

Tagliate le melanzane a fette e soffriggetele in padella con olio e sale a fuoco lento. Intanto sbattete le uova in una terrina, aggiungendo man mano sale, origano, pepe e formaggio. Incorporate le melanzane nel composto quando si saranno raffreddate, e per ultimo il basilico. Cuocete in una padella antiaderente, a fuoco lento.

CIAMBOTTA DI MELANZANA ROSSA

della signora *Rosa Cerbino di Viggianello*



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **800 g**, Peperoni **200g**, Pomodori **200g**, Pecorino del pollino grattugiato **un cucchiaio**, Cipolla **mezza**, Basilico **20 g**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**

Preparazione

Tagliate tutte le verdure a dadini di 2-3 cm e bollitele insieme fino a cottura quasi ultimata. Aggiungete odori e condimento e continuate a mescolare sul fuoco per altri 10 minuti in modo da farle insaporire ed amalgamare. Prima di servire aggiungete un pizzico di pecorino locale.

MUTATURA

delle signore *Giuseppina ed Angela Arleo di Castelluccio Superiore*



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Poverelli Bianchi di Rotonda secchi **500g**, Aglio tritato **uno spicchio**, Peperone secco macinato "Zafaran" **mezzo cucchiaio**, Pane raffermo e Sale **quanto basta**, Olio extravergine d'oliva **1 cucchiaio**.

Preparazione

Mettete a bagno i fagioli la sera prima, al mattino lessateli coperti di acqua in una pentola capiente, molto lentamente preferibilmente sul fuoco del camino, salateli quasi a fine cottura. In una pirofila adagiate il pane raffermo, tagliato a fette piuttosto spesse, e versatevi i fagioli caldi con l'acqua di cottura, aggiungete l'aglio tritato il peperone e l'olio di oliva.



PIATTO DELLA NONNA

della signora *Filomena De Tommaso di Rotonda*



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **150 g**, Melanzana Rossa di Rotonda **120g**, Cotica di maiale **200g**, Olio extravergine di oliva **3 cucchiari**, Sale e Pepe **un pizzico**, Salvia **un rametto**, Cipolla **mezza**, Pane alla brace **4 fette**.

Preparazione

Cuocete la cotica tagliata a pezzetti ed i fagioli separatamente. Soffriggete le melanzane tagliate a dadini con olio e cipolla, aggiungete i fagioli e la cotica a fine cottura ed insaporite con sale, pepe e salvia. Mescolate e continuate la cottura per altri 4 minuti a fuoco moderato. Servite con il pane alla brace.

CIAMBOTTA

della signora *Teresa Libonati di Rotonda*



Ingredienti e dosi per 4 persone

Melanzana Rossa di Rotonda **600g**, Melanzane Nere **500g**, Peperoni Verdi **300g**, Pomodorini **200g**, Cipolla **200g**, Basilico **20g**, Sale **un pizzico**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Soffriggete la cipolla con l'olio ed i pomodorini, aggiungete le melanzane nere tagliate a dadini, dopo una decina di minuti aggiungete anche le melanzane rosse tagliate a spicchi. Quando le melanzane si saranno ammorbidite aggiungete i peperoni verdi. A fine cottura insaporire con origano e basilico fresco.

POLPETTE DI MELANZANA ROSSA DI ROTONDA

della signora *Rosetta Propato di Rotonda*



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **600g**, Mollica di pane **200g**, Carne macinata **50g**, Salame a pezzettini **50g**, Parmigiano grattugiato **100g**, Uova **2**, Prezzemolo **qualche foglia**, Sale, Pepe ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Lessate le melanzane rosse ed asciugatele bene, frullatele ed incorporate nella crema ottenuta gli altri ingredienti. Insaporite con un poco di olio, sale, pepe e prezzemolo tritato finemente e formate delle polpette ovali. Friggete le polpette in olio bollente fino a renderle dorate uniformemente, asciugatele dall'olio in eccesso e servite.



COTICA E FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora Luigina De Tommaso di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **200g**, Cotica di maiale **200g**, Aglio, Peperone macinato dolce o piccante, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Mettete in ammollo i fagioli la sera prima, in mattinata lessateli con acqua pulita aggiungendo un po' di sale a fine cottura, nel frattempo lessate anche la cotica facendo attenzione a non scuocerla. Versate un filo d'olio in una pentola con i bordi alti, e quando è caldo aggiungere l'aglio, quando si è rosolato perbene, aggiungete un cucchiaino da tavola raso di peperone macinato ed in contemporanea un bicchiere d'acqua per evitare di bruciare l'olio. A questo punto versate nella pentola i fagioli e la cotica tagliata a pezzetti e continuate la cottura per altri dieci minuti.

PARMIGIANA DI MELANZANA ROSSA DI ROTONDA

della signora Adelina Tedesco di Rotonda

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **400g**, Prosciutto cotto **200 g**, Parmigiano grattugiato **100g**, Sottilette **6**, Soppresata **100 g**, Passata di pomodoro **500g**, Carne macinata **300g**, Mozzarella **1**, Cipolla **poca** Uova **2**, Farina, Acqua, Sale ed Olio extravergine di oliva **quanto basta**.



Preparazione

Affettate le melanzane e lasciatele sotto sale per qualche ora. Nel frattempo, soffriggete velocemente un poco di cipolla in un tegame con un filo di olio fino a che non imbriondisce, unitevi il trito di carne e quando comincia a cambiare colore, aggiungete anche la passata di pomodoro che dovrà cuocere circa mezzora, in modo da restare liquida. Preparate una pastella con farina, uova acqua e sale, bagnatevi le fettine dopo averle asciugate e frigatele in modo che restino separate. Con la carta assorbente asciugate l'olio della frittura e cominciate a preparare la parmigiana in un tegame da forno. Sul fondo stendete uno strato di sugo, poi uno di melanzane fritte, dopo le sottilette, il prosciutto, il parmigiano, la soppresata, la mozzarella e di nuovo il sugo. Continuate così fino ad esaurimento degli ingredienti, dopodiché infornate a 180° per circa 30 minuti.



PATAN' E FASUL'

della signora *Gina Labanca di Castelluccio Superiore*

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Poverelli Bianchi di Rotonda secchi **300g**, Patate grosse **6**, Cipolla **mezza**, Peperone secco macinato "Zafaran" **mezzo cucchiaino**, Sale **quanto basta**, Olio extravergine d'oliva **un cucchiaino**.



Preparazione

Mettete a bagno i fagioli la sera prima, al mattino lessateli, coperti di acqua, sul fuoco del camino in una pentola grande e salateli a fine cottura. Sbucciate le patate e tagliatele a dadini, lessatele in abbondante acqua. A metà cottura versatevi i fagioli precedentemente cotti con un po' della loro acqua. Nel frattempo preparate un soffritto di cipolla e quando questa è dorata spegnete il fuoco e aggiungete il peperone macinato. Versate il condimento nella zuppa e lasciate cuocere altri dieci minuti. A seconda dei gusti potete servire anche con pane raffermo.

MELANZANA ROSSA DI ROTONDA ALLA CASTELLUCCESE

della signora *Antonietta Gioia di Castelluccio Superiore*

Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **4**, Gnocchi di patate di Castelluccio (patate lesse, farina e sale) **50g**, Funghi porcini neri (di quercia o castagno) **30g**, Salsiccia del Pollino **30g**, Caciocavallo **30g**, Ragù di carne **un mestolino**, Panna da cucina **un mestolino**, Formaggio grattugiato **un cucchiaino**, Prezzemolo **qualche foglia**, Sale ed Olio extravergine d'oliva **quanto basta**.



Preparazione:

Tagliate le melanzane nella parte superiore conservandone il cappello, cavatele e sbollentate per cinque minuti la polpa asportata. Soffriggete in una padella i funghi porcini e la polpa di melanzana tagliata a cubetti con la salsiccia sminuzzata, aggiungete la panna, il ragù di carne, il formaggio e gli gnocchi sbollentati precedentemente in acqua e sale, saltate ed amalgamate il tutto. Insaporite con il prezzemolo tritato e versate il composto nelle melanzane cavate. Sistemate le melanzane in una terrina con un filo d'olio, coprite la parte superiore con una fettina di caciocavallo e chiudetele con il loro cappello. Infornare per 15 minuti a 180°.



MELANZANA ROSSA DI ROTONDA FRITTA CON PATATE

della signora Maria Cersosimo di Rotonda



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Melanzana Rossa di Rotonda **400g**, Patate **200g**, Cipolla **un poco**, Sale **un pizzico**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Tagliate le melanzane e le patate a fette, friggetele in una padella con olio bollente, quando si sono ammorbidite aggiungete un poco di cipolla ed un pizzico di sale mescolando fino a fine cottura.

LAMPI E TUONI DI ROTONDA

della signora Maddalena Chiacchio di Rotonda



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **200g**, Mais paesano **200g**, Cipolla, Peperone dolce macinato, Sale ed Olio extravergine d'oliva **quanto basta**.

Preparazione

Mettete a bagno il mais due giorni prima ed i fagioli la sera prima di preparare la zuppa. Lessate separatamente i fagioli ed il mais tenendo presente che quest' ultimo ha un tempo di cottura di circa 6 ore. A cottura ultimata miscelate insieme sul fuoco gli ingredienti ed insaporite con un soffritto di cipolla e peperone dolce preparato al momento.

ZUPPA POVERA DI FAGIOLI BIANCHI DI ROTONDA

della signora Felicetta De Nigro di Rotonda



Ingredienti e dosi per 4 persone:

Fagioli Bianchi di Rotonda **300g**, Carote **2**, Cipolla **mezza**, Sedano **un gambo**, Peperoncino dolce **quanto basta**, Sale **un pizzico**, Olio extravergine di oliva **quanto basta**.

Preparazione

Lessate i fagioli che avete tenuto a bagno dalla sera prima, a cottura quasi ultimata soffriggete un trito di carote cipolle e sedano aggiungendo il peperone solo a fuoco spento. Miscelate insieme soffritto e fagioli e servite insieme a pane casereccio.



REGIONE BASILICATA



ALSIA

Azienda Agricola Sperimentale Dimostrativa "Pollino"

c/da Piano Incoronata - Rotonda (PZ)

tel. 0835 244575 - email: azienda.pollino@alsia.it