

## Enogastronomia in Puglia

La cucina pugliese si caratterizza soprattutto per il rilievo dato alla materia prima, sia di terra che di mare, e per il fatto che tutti gli ingredienti sono appunto finalizzati ad esaltare e a non alterare i sapori base dei prodotti usati.

Pertanto si troveranno tutte le verdure di stagione, dalla cima di rapa al cavolo verde, al cardo, ai peperoni, alle melanzane, ai carciofi, tutti i legumi, dai fagioli alle lenticchie alle cicerchie e alle fave, e tutti i prodotti del mare, in particolare dell'Adriatico; questi ultimi hanno una particolare caratteristica che li distingue, in conseguenza della particolare pastura che si rinviene lungo le sue coste, e dalle polle di acqua dolce che si scaricano in mare, e che servono ad attutire il salmastro, ma non ad alterarne il profumo. Peraltro, anche se vi sono dei piatti comuni, le ricette variano da provincia a provincia, e talvolta, da città a città, cos  per esempio le ricette tipiche delle province di Bari, Brindisi e Taranto, adagiate sul mare, non sono uguali a quelle praticate nella provincia di Foggia, pi  collinosa, e di Lecce, pi  terragna.

Cime di rape

Orecchiette

Municeddhi

Tante sono le ricette che presenta questa cucina, che ha poi una particolarit  che la distingue dalle altre, di offrire piatti diversi in relazione alle diverse stagioni, cos  che durante le stagioni pi  miti, cio  in primavera e in estate, viene data preferenza alle verdure e al pesce, mentre nelle altre predominano i legumi, la pasta fatta in casa condita con vari sughi, da sola o combinata alle verdure o al pesce.

Il piatto pi  tipico   quello delle "Orecchiette al rag  di carne", la cui ricetta   ormai diffusa in tutti i ricettari, ma non sono meno conosciute le "Orecchiette con le cime di rapa", la "cicoria con la purea di fave", e quelle che ricollegano il territorio al Mediterraneo, come i "Cavatelli con le cozze", il "Risotto ai frutti di mare", il "Polpo alla griglia" o il riso al forno alla barese chiamato pure patate, riso e cozze.

Tra i prodotti DOP pugliesi troviamo:

- L'Arancia del Gargano
- La Bella della Daunia
- Il Limone Femminiello del Gargano
- Il canestrato Pugliese
- Le clementine del Golfo di Taranto
- L'olio Collina di Brindisi
- L'olio Dauno
- L'olio Terra di Bari
- L'olio Terra d'Otranto
- L'olio Terre Tarentine
- Il pane di Altamura

Numerosi sono i vini pugliesi DOC, DOCG ed IGT, con cui accompagnare i piatti regionali, cos  come gli olii di oliva extravergine DOP.