

## Apulia's cuisine

Cuisine in Apulia is mainly characterised by the emphasis of both land and seafood ingredients, and the fact that all ingredients are precisely aimed to enhance and not alter the basic flavors of the products used.

### Prodotti della tradizione pugliese ad Alberobello

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, così per esempio le ricette tipiche delle province di Bari, Brindisi e Taranto, adagate sul mare, non sono uguali a quelle praticate nella provincia di Foggia, più collinosa, e di Lecce, più terragna.

Tante sono le ricette che presenta questa cucina, che ha poi una particolarità che la distingue dalle altre, di offrire piatti diversi in relazione alle diverse stagioni, così che durante le stagioni più miti, cioè 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 più tipico è quello delle "Orecchiette al ragù di carne di cavallo", la cui ricetta è 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" o il riso al forno alla barese chiamato pure patate, riso e cozze.

I piatti più diffusi sono comunque riprodotti nei vari ricettari in circolazione, mentre sarebbe opportuno far emergere alcune delle vecchie ricette ormai non più praticate, per il notevole impegno che richiedono, ma che, se non trascritte da qualche parte, potrebbero andare perdute.