

BUON APPETITO!



THE EXTRAORDINARY
ITALIAN TASTE

Menu



Benvenuto

10ª. Calle 2-11 zona 10

PBX (502) 2495-5100

informacion@clubitaliano.gt.org

www.facebook.com/ClubItalianoEventos





30 años difundiendo la cultura
gastronómica italiana.

5000-1111 info@pizza.com.gt





Ospitalità Italiana

RESTAURANTES ITALIANOS EN EL MUNDO

La cocina italiana, una de las más reconocidas en el mundo y protagonista de momentos históricos. Gastronomía que refleja la variedad cultural de sus regiones, la cual con el tiempo, se convirtió en símbolo de hospitalidad y bienvenida. Por este aporte al mundo, la cocina italiana debe ser considerada como patrimonio de la humanidad, por lo que sus recetas deben ser protegidas, como una manera de preservar la cultura, autenticidad y por supuesto la calidad.

Dado lo anterior, Unioncamere, junto con el Istituto Nazionale Ricerche Turistiche - IS.NA.R.T. ha promovido el proyecto "Ospitalità Italiana: Ristoranti Italiani Nel Mondo". Este proyecto está dirigido a los restaurantes italianos en el extranjero, con el fin de certificar que cumplen con las normas típicas de hospitalidad italiana. Dentro de sus objetivos se encuentra el mejorar la imagen de los verdaderos restaurantes italianos en el extranjero que garantizan el respecto de las normas de hospitalidad italiana, el desarrollar y promover las tradiciones de productos alimenticios italianos y mejorar la comida italiana y por último el crear una red internacional que facilita la promoción de la excelencia italiana.

Se creó un Comité de Coordinación, presidido por Unioncamere, en donde se establecieron 10 reglas básicas de la hospitalidad italiana. Asimismo, el Comité de Evaluación, órgano de dirección técnica integrada por expertos, encargados de conceder la certificación. Esta certificación se concede desde Italia, con la verificación de las evaluaciones debidas y por medio de pruebas fotográficas, archivos y declaraciones. Dentro de las reglas básicas se establecieron las siguientes 1) Identidad y distinción, 2) Bienvenida, 3) Mise en place, 4) Cocina, 5) Menú, 6) Propuesta gastronómica, 7) Carta de vinos, 8) Aceite de oliva extra virgen, 9) Experiencia y competencia y 10) Productos DOP e IGP.

A través de las Cámaras Italianas en el Extranjero, en este caso la Cámara de Comercio e Industria Italiana en Guatemala, ha promovido esta iniciativa, darle seguimiento al proyecto y recoger las solicitudes de los restaurantes. En agosto 2016 se otorgó este importante reconocimiento al restaurante "El Cazador Italiano" en Antigua Guatemala, y en Noviembre 2016 "El Restaurante Tarantella" recibió dicho reconocimiento en la Ciudad de Guatemala.



Es un verdadero placer dirigirme a los lectores de esta interesante revista creada en la vigilia de la importante iniciativa "La Semana de la Cocina Italiana en el Mundo" que se llevará a cabo del 21 al 27 de noviembre próximo.

La decisión de instituir una semana dedicada al patrimonio gastronómico italiano y a su difusión en el mundo, surgió con el objeto de dar continuidad a los temas desarrollados con gran éxito en el curso de la edición de EXPO 2015 y recopiladas en la Carta de Milán: calidad, sostenibilidad, cultura, seguridad alimentaria, derecho al alimento, educación, identidad, territorio y biodiversidad.

Tal iniciativa, destinada a convertirse en un punto de referencia anual del sector agroalimenticio y de la tradición culinaria italiana, será tratada, en primer lugar por la Embajada de Italia y el Instituto Italiano de Cultura y, por las entidades que representan al Sistema Italia en Guatemala con una serie de eventos que apuntan a promover el verdadero Made in Italy agroalimenticio.

Italia, a pesar de ser un país relativamente pequeño en dimensión, posee uno de los patrimonios gastronómicos y agroalimenticios más ricos y variados en el mundo confirmado por algunos datos significativos que considero útil mencionar para ilustrar el tesoro que posee nuestro País:

Primer País en Europa por número de productos de calidad certificada (280 Alimentos y 523 Vinos);

Primer productor en el mundo de vino con 48.9 millones de hectolitros en 2015;

Segundo País en el mundo por número de restaurantes con estrellas (334) donde poder experimentar una sublime e inolvidable experiencia culinaria;

El export agroalimenticio italiano en 2015 registró el record de 36.8 millardos de euros, el 7.4% más con respecto al 2014. Objetivo: 50 millardos para el 2020.

Les invito por tanto, a leer esta revista que les hará descubrir algunas de las "magias" e "invenciones" de la cocina italiana que con alimentos siempre diferentes y óptimos - pensemos en la pizza y en la pasta - ha ofrecido regalos maravillosos a todos los ciudadanos del mundo.

*Edoardo Pucci
Embajador de Italia en Guatemala*

Denominaciones para los Vinos



Históricamente, Italia es uno de los países que son reconocidos por su producción de vino a nivel mundial, siendo el primero. Con el fin de asegurar la calidad del vino y no tanto la cantidad, se establecieron ciertas denominaciones que constituyen un sistema para el reconocimiento de un producto diferenciado.

VINO DA TAVOLA

Es una de las primeras categorías que se crearon en Italia. Traducido al español significa “Vino de mesa”, la cual es la clasificación más baja de vinos, donde no existen restricciones para las etiquetas ya que rara vez son productos que se exporten.

IGT

(Indicazione Geografica Tipica o IndicaciÓN Geográfica Típica)

Los vinos con esta denominación proceden de una zona geográfica y corresponde a un vino típico de la zona (reconocido por la UE), por un período de cinco años. Primordial debe ser que esté indicado la zona geográfica (teniendo en cuenta que no deben de utilizar nombres o zonas que ya sean utilizados por las DOC o DOCG).

DOCG

(Denominazione di Origine Controllata e Garantita o Denominación de Origen Controlada y Garantizada)

Esta denominación se creó en 1963 para identificar a los vinos con características particulares que denotan su calidad superior. Características que son determinadas por la cepa y área de producción. Esta denominación regula las zonas individuales de producción, nivel de alcohol, acidez total, extracto, límite de producción, además de prácticas de viticultura y creación del vino.

DOC

(Denominazione di Origine Controllata o Denominación de Origen Controlada)

También creada en 1963, fue creada para identificar los mejores vinos controlándolos y garantizándolos, siendo símbolo de prestigio tanto en Italia como en el extranjero. Regiones como Barolo, Barbaresco, Chianti, Brunello di Montalcino y Vino Novile di Montepulciano son algunos de los cuales están reconocidos bajo esta denominación.

UN PEDAZO DE ITALIA

EN CARRETERA A EL SALVADOR



TARANTELLA
cucina tradizionale



Km. 22.5 carretera a El Salvador, Deco City. Tel. 6645-9932



Denominaciones en alimentos

Al igual que los vinos, a algunos productos alimenticios se les otorgan denominaciones las cuales garantizan que son productos de calidad, así como los estándares de producción de los mismos.

DOP (*Denominazione di Origine Protetta o Denominación de Origen Protegidas*)

Esta etiqueta garantiza que el producto fue hecho en una parte particular de Italia, famosa por su producción. Garantiza que el producto es de la más alta calidad. Como por ejemplo el Mozzarella de Campania de búfala, hecha por artesanos, con leche libre de conservantes artificiales y aditivos, que por el proceso de transformación artesanal garantizan la calidad del producto. Sus características dependen exclusivamente del territorio en el que se produjeron, tanto factores naturales y factores como técnicas de producción, lo cual hacen un producto único.

IGP (*Indicaciones Geográficas Protegidas*)

Producto que debe ser cultivado en su lugar de origen y seguir una etapa de la limpieza y trituración hasta conseguir el producto final. Son productos que la calidad, reputación u otra característica dependen del origen geográfico, donde la producción y transformación debe ser llevada a cabo en un área geográfica específica (al menos una fase del proceso de producción debe tener lugar en un área específica).

ETG (*Especialidades Tradicionales Garantizadas*)

Estos productos agrícolas o alimenticios deben producirse a partir de materias primas tradicionales, o presentar una composición, modo de producción o transformación tradicional. No hace referencia al origen sino que a un modo de producción tradicional o una composición siempre tradicional del producto.

PRODUCTO ITALIANO



Quesos Maduros DOP:
Parmesano, Grana
Padano, Pecorino,
Gorgonzola, Provolone,
Asiago y Montasio
ZANETTI.



Prosciutto y Embutidos:
Prosciutto Parma, San
Daniele, Salami Milano,
Ungherese, Coppa,
Mortadella y variedad.



Pastas Secas y al
Huevo, Vinagre
Balsámico, Tomate
y Vinos.



 **comercializadoraaz**



Mail: info@comercializadoraaz.com

Pedidos: 2303 0099 / 3007 0280





CUCINA ITALIANA D'AUTORE

Avenida Las Américas 19-30 zona 13
☎ 2309-8006



Síguenos 

Liguria (Liguria)

CAPITAL: GÉNOVA

En el Noroeste de Italia, en el límite con Francia, se encuentra Liguria. Comprende la ciudad de Génova y las provincias de Imperia, Savona y La Spezia. Conocida por la Ribera de Poniente y la Ribera de Levante, sus golfos, playas y pequeños pueblos. Esta región alberga centros turísticos como Sanremo y Cinqueterre.

Cuando se habla de la cocina lígur, se piensa enseguida en el famoso “pesto”, una gustosa salsa a base de albahaca, piñones, ajo, parmesano, queso pecorino y aceite de oliva extra virgen usada para sazonar la pasta. Esta región es tierra de viñedos y olivares donde se producen excelentes aceites de oliva extra virgen. El “Ciuppin”, “Buridda”, carne la “cima” a la genovesa, los “amaretti” y los “Cubeli” son los platos típicos de Liguria.

PESTO DE ALBAHACA Y PEREJIL

INGREDIENTES

- 1 taza albahaca fresca
- 1 taza perejil italiano fresco
- 3 dientes ajos picaditos
- 1/2 taza piñones o nueces
- 1/2 taza queso parmesano
- 1/4 taza queso romano
- 1 cucharadita sal
- 1/4 cucharadita pimienta
- 1/2 taza aceite de oliva extra virgen

PREPARACIÓN

En el procesador de alimentos añadir la albahaca, perejil, ajos, piñones o nueces, queso parmesano, queso romano, sal y pimienta. Procese con pulsaciones hasta unir bien. Añada el aceite de oliva poco a poco y siga procesando, hasta que la mezcla sea homogénea. Coloque en un envase con tapadera y añada un poco de aceite de oliva hasta que cubra la superficie del pesto. Guarde en el refrigerador, puede durar hasta dos meses siempre y cuando se mantenga cubierto de aceite cada vez que se use.

Lombardia (Lombardía)

CAPITAL: MILÁN

Ubicada en Italia noroccidental en el límite con Suiza, 12 provincias y 1,546 municipios; se encuentra Lombardía. Su territorio comprende una zona montañosa (norte), colinas (centro) y una zona llana (sur). El Lago de Garda, el Lago di Como y el Lago Maggiore, destinos turísticos de gran atracción.

Dentro de las especialidades gastronómicas de esta región se encuentran el arroz con azafrán, la chuleta a la milanese, la carne de cerdo. Típicos de Valtellina el pizzoccheri (tipo de tallarín) y la bresaola (tipo de embutido). Entre los quesos más conocidos, el mascarpone, lodigiano, el grana, la ribola y por supuesto el gorgonzola. No se puede dejar de mencionar el dulce navideño, famoso a nivel mundial, el panettone de Milán y el turrón de Cremona.



RISOTTO A LA MILANESA

INGREDIENTES

- Arroz, 400 gramos
- Dos cebollas pequeñas
- Ajos, 4 ó 5 dientes
- Queso parmesano, unos 80 gramos
- Espárragos, 15 ó 16
- Mantequilla, una nuez
- Vino blanco
- Aceite de oliva
- Azafrán

PREPARACIÓN

Pelar y picar la cebolla en trozos pequeños. Pelar y laminar los dientes

de ajo. Lavar los espárragos y cortarles la parte dura de abajo. En un sartén con un poco de aceite de oliva cuando esté caliente poner los ajos, una vez que comiencen a dorarse echar la cebolla con un poco de sal, y dejar hasta que estén tiernas. Cuando las cebollas y los ajos estén listos, agregar el vino blanco y dejar reducir. Por otro lado, poner una cacerola con agua y sal, calentar, cocer los espárragos. Dejarlos por 5 minutos más o menos. En el momento que el vino haya reducido agregar el arroz a la sartén, junto a un

poco de azafrán, y remover para que el arroz saltee por 2 minutos o 3. Por último, agregar parte del agua donde se han cocido los espárragos a la sartén y dejar que comience a hervir. Poner el arroz a cocer a fuego medio, y a medida que necesite más caldo agregar.

Una vez que el arroz esté bien tierno lo mezclar con el queso parmesano rallado y la mantequilla, y remover para que todo se mezcle bien y se forme esa especie de crema que acompaña al risotto.

Piemonte (Piamonte)

CAPITAL: TURÍN

En la región noroccidental de Italia, en la frontera con Suiza y Francia, se encuentra Piamonte. Como su nombre lo indica, es la tierra de las montañas, rodeada por los Alpes, donde se encuentran las montañas más altas y los glaciares más grandes. El Monviso, el Monte Rosa, el Val di Susa, Valsesia y Val d'Ossola son parte de los pintorescos que forman esta región.

La fondue y la "bagna cauda" son dos de las salsas típicas especialidades de la cocina de esta región. El gran frito mixto, braseado al Barolo, liebre estofada y la variedad de quesos como el tomo, el gorgonzola de Novara, el robiole, excepcionales de esta cocina. Dentro de los dulces el famoso chocolate de Turín los fianduiotti, las galletas de Novara.

No se puede dejar de mencionar el grisini, vermulé, el Barolo, Barbaresco, productos de fama mundial.

POSTRE BONET PIEMONTESE

INGREDIENTES

1/2 lt. De leche fresca entera • 4 huevos • 100 g de azúcar + 8 cucharaditas • 150 g de amaretti (galletas) + 10 para decorar • 40 g de cacao en polvo sin azúcar • 1/2 vasito de licor de café expreso • 1/2 vasito de licor de ron o un licor de almendras

PREPARACIÓN

Machacar los amaretti hasta obtener una harina fina. En una cacerola poner a calentar a fuego lento las 8 cucharaditas de azúcar. Remover con una cuchara de madera de vez en cuando hasta que se haya disuelto completamente. Dejar que tome un color ámbar. Repartir el caramelo entre 8 moldes individuales para flan. Cubrir todo el fondo. Hacer rápidamente, porque el caramelo se enfría en seguida. En un bol mezclar los huevos, el azúcar y el cacao tamizado (para evitar grumos). Remover bien con una espátula de silicona. Mezclar bien hasta que el azúcar se haya disuelto. Incorporar el café, el ron y la leche y removemos bien de nuevo. Resultado: mezcla muy líquida. Incorporar por último los amaretti y mezclamos. Calentar el horno a 150°C y cocer los bonet al baño maría. Para ello, rellenar los moldes con la mezcla y los poner dentro de un molde con el borde alto. Rellenar el molde con agua hasta 1/2 cm por debajo del borde de los moldes individuales y meter en el horno caliente durante unos 50 minutos aproximadamente. El bonet estará listo cuando en el centro, la crema ofrezca resistencia. Una vez cocidos los sacar del horno y los dejar enfriar. Servir el bonet frío, acompañado de un amaretto.

Valle d'Aosta (Valle de Aosta)

CAPITAL: AOSTA

En el noroeste, en la frontera con Francia y Suiza se encuentra la región más pequeña de Italia, Valle d'Aosta. Se caracteriza por tener un paisaje donde se encuentran los alpes más altos como el Cervino, el Monte Rosa y el Gran Paradiso y por supuesto no se puede dejar atrás el gran Monte Bianco. Courmayeur, uno de los centros más importantes de esquí del mundo, considerado como la cuna del alpinismo, ya que aquí nació la primera escuela de guías alpinos.

La cocina de esta región se caracteriza por sus especialidades típicas a base de carne, como la carbonada y la mocetta. Los embutidos y el conocido jamón de Bosses. La base de tantas recetas, los exquisitos quesos como Fontina DOP o el Valle d'Aosta Fromadzo. Nueces, castañas, manzanas reineta y las famosas peras Martin Sec, se cultivan en esta región. Vinos reconocidos como el Blanc de Morgex et de la Salle, el licor Genépy des Alpes o el tradicional café a la valdostana; son algunas exquisiteces de esta región.

POSTRE MONT BLANC

INGREDIENTES

- 120 g (4 oz) de merenguitos
- 1 1/4 tazas (10 oz) de crema de leche
- 30 g (1 oz) de azúcar en polvo
- La pulpa de 1 vaina de vainilla (cortada a la mitad, a lo largo, y raspada)
- 240 g (8 oz) de puré de castañas
- 120 g (4 oz) de crema de castañas
- 2 cdas de coñac
- 6 castañas confitadas

PREPARACIÓN

Mezclar el puré con la crema de castañas y el coñac, y apartarlos. Batir la crema de leche con el azúcar en polvo y la pulpa de la vainilla hasta conseguir una crema chantilly fina.

Machacar un poco los merengues y repartirlos entre los vasitos de servir. Añadir un poco de la crema chantilly y de las castañas confitadas cortadas en pedazos. Verter la masa de castañas y apretarla sobre los vasitos. Con una manga de repostería, hacer tirabuzoncitos con la mezcla y verter los vasitos. Antes de servir, espolvorear un poco más de azúcar en polvo.

BUON APPETITO! ● ● ●





Emilia Romagna (Emilia Romana)

CAPITAL: BOLONIA

Esta región de Italia, ubicada en el centro septentrional, se encuentra Emilia Romagna considerada como una de las más fértiles y productivas. Famosa por el Mar Adriático, la ribera de Emilia Romana y las localidades de Rimini, Riccione, Cattolica son destinos favoritos de los turistas. La cocina de esta región se conoce por sabores fuertes y refinados. Platos tradicionales como el Erbazzone, Pisciarelli y faso, tortelloni y agnolotti y las pastas enriquecidas con rellenos, sabores y aromas. La mortadela de Bolonia, el reconocido y saboreado jamón de Parma, considerado con el queso Grana y el Parmigiano Reggiano constituyen los pilares de la gastronomía italiana. El Lambrusco, Sauvignon y Sangiovese son algunos de los vinos de esta región.

LASAGNE ALLA BOLOGNESE

INGREDIENTES

PARA EL RELLENO

- 200 gr. de pasta de lasaña • 400 gr. de carne picada • 1 cebolla • 1 zanahoria • 1 vaso de vino blanco • 4-5 tomates • 25 gr. de mantequilla
- 70 gr. de parmesano rallado • Sal y pimienta • Aceite de oliva extra virgen

PARA LA SALSA BECHAMEL

- 3/4 de litro de leche entera • 40 gr. de mantequilla • 1 cebolla • Harina • Sal y una pizca de nuez moscada molida

PREPARACIÓN

En un sartén sofreír, en un poco de aceite de oliva extra virgen, la cebolla y la zanahoria cortadas a dados bien pequeños. Cuando esté dorada la cebolla añadir la carne y la dejar hasta que esté bien dorada. Añadir el vasito de vino y dejar evaporar. Poner el tomate cortado a dados pequeños sin pieles ni pepitas. Salpimentar y dejar 20 minutos hasta que esté en su punto. En una olla con agua hirviendo y sal introducir las placas de pasta y las dejar hervir el tiempo que nos indique el fabricante, removiendo de vez en cuando. Escurrir y reservar. Evitar que se toquen entre ellas. En otra sartén haremos la salsa bechamel. Calentar leche en una cacerola, apartar del fuego cuando esté caliente. En otra cacerola, calentar a fuego medio y agregar mantequilla, cuando esté derretida agregar harina. Añadir leche caliente y mezclar constante mente para que no se queme. Añadir sal, pimienta y nuez moscada; mezclar. Poner una capa de pasta, de carne y un poco de bechamel. Así sucesivamente hasta que terminar con pasta para cubrir con bechamel. Esparcir parmesano rallado por encima y poner al horno unos 20 minutos a 200°C. Finalmente gratinamos y servimos caliente.

Friuli Venezia Giulia (Friuli-Venecia Giulia)

CAPITAL: TRISTE

Situada en el extremo noreste de Italia, en la frontera con Eslovenia y Austria se encuentra Friuli Venecia Julia. Rodeada por altas montañas y el altiplanicie del Carso, que ha dado vida a una serie de grutas y manantiales. Por su ubicación, es notable la influencia eslava y véneta en la cocina. Carne, lácteos, embutidos y legumbres sobresalen en sus recetas. La polenta, "porcina" son de sus platos característicos. El jamón de San Daniele y el queso de Montasio, el jamón ahumado de Sauris, conocidos y exportados a todas partes del mundo. La fruta seca forma parte de la "gubana" postre regional, así como el strudel y las tartas de fruta. En esta región se producen los destilados como la famosa "grappa".

TIRAMISU

INGREDIENTES

- 600 gramos de mascarpone
- 7 huevos grandes
- 300 gramos de bizcochos de soletilla
- 175 gramos de azúcar
- 250 ml de café recién hecho
- Cacao en polvo
- Licor (Opcional)

PREPARACIÓN

Preparar un recipiente rectangular de unos 40x25x7 centímetros.

Hacer café intenso, que aporte ese toque de sabor al tiramisú. Agregar algún toque de licor si se desea.

Separar las claras de las yemas de los huevos, y las echar en recipientes

diferentes. Meter las claras en la nevera para que se mantengan frías, y batir las yemas junto al azúcar. Una vez se mezclen bien, formando una crema amarillenta, le agregar el mascarpone y volver a mezclar lo mejor posible, hasta que quede una mezcla homogénea.

A las claras de huevo, agregar una pizca de sal y batir a punto de nieve. Mezclar con la mezcla anterior de mascarpone, azúcar y yemas de huevo, con suavidad, para que no se bajen las yemas. Mezclar bien para que quede la crema de forma uniforme.

Para montar en el recipiente elegido, poner una primera capa de bizcochos,

mejor con la parte que tiene azúcar hacia abajo. Cuando tengamos el molde totalmente cubierto, añadir un poco de café por encima de los bizcochos, para humedecerlos para que la base del tiramisú tenga consistencia. Encima agregar la mitad de la crema preparada, extendiéndola bien. Sobre la crema colocar otra capa de bizcochos, empapar en café, para que queden blanditos. Y encima añadir el resto de la crema bien extendida. Espolvorear por encima una capa de cacao en polvo, que cubra bien el tiramisú, meter en la nevera hasta el día siguiente, o al menos unas 12-14 horas, para que se cuaje bien.

BUON APPETITO! ●●●

Trentino-Alto Adige (Trentino-Alto Adigio)

CAPITAL: TRENTO

Ubicado en el norte de Italia, en la frontera con Austria y Suiza se encuentra Trentino Alto Adigio. Conocida en Italia por la belleza de las montañas. En su territorio se encuentran las Dolomitas de Val di Fassa, Brenta, Val Gardena y Val di Fiemme. Alberga importante patrimonio cultural, restos prehistóricos, mágicos castillos, santuarios y ciudades de gran valor histórico y artístico.

La cocina tradicional se basa en platos sencillos, preparados con productos de la agricultura y de los criaderos locales. El speck, el embutido kaminwurz, grana trentin, casolet, el canederli y la polenta son de los ingredientes y platos más famosos de la región. La producción del Merlot, Cabernet, Pinot, Chardonnay y espumante es muy importante, así como la famosa Val di Non utilizada para preparar el famoso strudel.

STRUDEL DI MELE

INGREDIENTES

PARA LA MASA

- 300 gr de harina • 100 ml de agua • 1 cucharada de aceite de oliva • 1 huevo • 1 pizca de sal

PARA EL RELLENO

- 2 manzanas • 4 cucharadas de azúcar • 1 cucharada de azúcar vainillado y otra de canela • 30 pasas • 6-8 nueces • 4 cucharadas pan rallado • 50 gr de mantequilla • Ron

PREPARACIÓN

Para hacer la masa mezclar los ingredientes indicados y los trabajar hasta hacer una bola elástica y lisa. Dejar reposar cubierta con film de cocina y mientras, hacer el relleno.

En un sartén, derretir la mantequilla y mezclar con el pan rallado, removiendo hasta que se forme una especie

de arena de color dorado. Pelar las manzanas y las cortar en trozos añadiendo el azúcar y la canela. Poner las pasas en remojo con el ron para que se vayan hidratando.

En un bol mezclamos la mitad del pan rallado con las manzanas, las pasas y el ron.

En una superficie enharinada, estirar la masa inicialmente con el rodillo y después, metiendo la mano por debajo y estirando hasta que prácticamente esté transparente. Una vez estirada, la poner sobre un paño amplio de cocina enharinado que servirá para enrollar el strudel. Sobre la masa repartir el resto del pan rallado que ha tostado. Añadir nueces partidas en trozos y poner el relleno extendido sobre un tercio de la superficie.

Doblar los bordes laterales de la masa y enrollar empezando por el lado que tiene relleno. Una vez enrollado el strudel, pintar con huevo batido y hornear a 180° durante unos 30-40 minutos.

Veneto (Véneto)

CAPITAL: VENECIA

Situado en el noreste de Italia, atravesando colinas, llanuras, ríos y canales, se encuentra Véneto. La magnífica ciudad artística a las villas de Palladio y los pueblos de Arquà Petrarca, Monselice, Asolo, Bassano del Grappa.

Dentro de los ingredientes comunes de esta región se encuentran el arroz, las verduras y por supuesto la polenta. Los platos de acompañamiento se preparan a base de carne, pescado y queso. Dentro de los platos típicos de la cocina se encuentran el "risotto di pesce con capesante", camarones, pulpo, sardinas en vinagre con cebolla y la especialidad de Venecia la anguila. Postres tradicionales como el "frittelle" y el pandoro de Verona. La producción de grappa y vinos espumantes son de los más conocidos de la región.

SARDE IN SAOR

INGREDIENTES

- 1 kg de sardinas fileteadas • 2 kg de cebollas blancas • Vinagre de vino blanco
- Pasas • Piñones • Harina • Aceite de girasol • Sal

PREPARACIÓN

Poner las pasas a remojo con agua templada en un cuenco para que se ablanden. Preparar el aceite para freír las sardinas. Pasar las sardinas por harina y las freír hasta que estén doradas. Una vez fuera de la sartén, las salar y las reservar para después. Cortamos las cebollas en juliana y sofreír en la sartén con un poco de sal por encima. Incorporamos las pasas, los piñones y un vaso entero del vinagre de vino blanco. Dejar reducir a fuego medio-fuerte. Cubrir el fondo del recipiente con una capa de cebolla, piñones y pasas. Luego poner otra capa por encima con las sardinas. Y por último, encima de las sardinas, cubrir bien con el resto de la mezcla de cebolla, piñones y pasas. Servir.

BUON APPETITO! ● ● ●





Abruzzo (Abruzos)

CAPITAL: L'AQUILA

En el centro meridional de Italia, desde los Apeninos hasta el mar Adriático se encuentra Abruzzo. Se encuentran los centros de esquí como Pescasseroli, Rivisondoli y Roccaraso. Se encuentran los picos más altos: Gran Sasso, los Monti della Laga y la Majella. La gastronomía de esta región se caracteriza por tomar en cuenta los macarrones a la guitarra, las scrippelle, pasta con caldo y algunos platos a base de pescado. Los menús a base de cabrito, oveja y cordero y embutidos son característicos de Abruzos. Los mejores vinos regionales son el Montepulciano d'Abruzzo, Sangiovese y Trebbiano d'Abruzzo.

ARROSTICINI ABBRUZZESI

INGREDIENTES

- 800 g de carne de cordero deshuesada y cortada en dados
- 4 dientes de ajo
- Aceite de oliva extra virgen
- 4 tomates
- 2 cebollas
- 1 pimiento verde
- Zumo de limón
- Especias al gusto (pimienta, romero, otras.)
- Vinagre de vino
- Aceite de oliva
- Sal

PREPARACIÓN

Preparar adobo con aceite de oliva extra virgen, zumo de limón, ajo picado, pimienta y hierbas aromáticas. Marinar la carne de cordero durante ocho horas en la refrigeradora. En varillas para brocheta ensartar la carne, alternando con trozos de tomate, pimiento verde, cebolla. Asar a la parrilla o a la plancha, durante unos 15 minutos. Ya en su punto, servir.



Lazio (Lacio)

CAPITAL: ROMA

Civilización occidental y la cultura cristiana, región del centro de Italia bañada por el mar Tirreno, se encuentra Lazio. Espléndidas fuentes, jardines y un palacio, magnífico exponente del período renacentista y como Villa Adriana, antigua residencia del emperador Adriano, los cuales han sido considerados por UNESCO como Patrimonio de la Humanidad. La gastronomía sus primeros platos caracterizados a base de ñoquis, espaguetis a la Amatriciana y por supuesto los famosos espaguetis a la Carbonara. Platos a base de cordero y hortalizas, son la esencia de la cocina típica local. En la cocina de Lazio hay numerosos productos DOC, como Aprilia, vinos Vastelli, Romani y Colli Albani.

SALTIMBOCCA ALLA ROMANA

INGREDIENTES

- 500 gr de ternera (8 filetes finos)
- 8 lonchas de prosciutto
- Aceite de oliva extra virgen
- Palillos madera
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

Sazonar la carne con sal y pimienta. Poner encima de cada trozo de una loncha de de prosciutto (jamón). Fijar el jamón con la ternera por medio de uno o dos palillos. Calentar el aceite de oliva en una sartén y saltear los filetes hasta que estén hechos. Cocinar más el lado de la carne que el lado del prosciutto (jamón). Sazonar al gusto y servir con sus jugos. Para mejorar el sabor vasito de vino blanco.

Marche (Marcas)

CAPITAL: ANCONA

Ubicada en la parte central de Italia, la región de Marche, donde se encuentran acantilados y grutas sobre playas inolvidables, colinas y montañas para practicar el esquí. Huertos y viñedos sobre las colinas de Ascoli Piceno y en el Valle del Esino rodean antiguas casas coloniales.

Los platos de esa región, a base de carne, con el cerdo asado, el cordero escabechado y la trufa como los de Acqualagna y Sant'Agata Feltria, y a base de setas. Entre los primeros platos encontramos tallarines, strozzapreti y los tradicionales vincisgrassi y las lasañas al horno. El famoso brodetto es un tipo de caldo que lleva más de 14 especiladidades de pescados. El frito mixto con aceitunas rellenas, nata, calabacines, alcachofas y costillas de cordero. El vincotto, el falerio dei colli ascolani, el rosso piceno y el rosso piceno son vinos característicos de Marche.

OLIVE ALL'ASCOLANA

INGREDIENTES

• 1 bote de aceitunas • 1/2 cebolla • 1 zanahoria • 1 trozo de apio (tronco y hojas) • 300 g de carne troceada menuda mezclada (pollo, cerdo y ternera) • 1 vasito de vino blanco • Nuez moscada • Ralladura de 1/2 limón • 2 huevos • 150 g de queso parmesano rallado • Harina para rebozar • 1 huevo para rebozar • Pan rallado para rebozar • Aceite de oliva para freír

PREPARACIÓN

Picar fino la cebolla, la zanahoria y el apio y sofreír con un poco de aceite. Añadir la carne, luego añadir el vino blanco y la nuez moscada. Dejar enfriar y mientras sacar el hueso a las aceitunas. Hacerlo con cuidado para que no se rompan. Una vez que el sofrito está frío, lo triturar todo junto. Añadir la ralladura de limón, los dos huevos batidos y el queso parmesano. Lo mezclar todo. Rellenar las aceitunas con el relleno y volver a dar la forma original. Rebozar por harina, huevo batido y pan rallado. Freír en abundante aceite de oliva caliente. Servir enseguida.



Molise (Molise)

CAPITAL: CAMPOBASSO

Entre los Apeninos y el Mar Adriático, en el centro-sur de Italia, se encuentra Molise. El Parque Nacional de los Abruzzos, Molise y Lazio, son lugares donde se aprecian hermosos paisajes, así como el Campitello Matese y Capracotta donde se encuentran los dos centros de esquí más importantes de la región.

La polenta, la pasta alla hitarra pallotte, frijoles, cordero asado y pasta son algunos platos característicos de esta región. Dentro de los productos que destacan en Molise, se encuentran el aceite de oliva extra virgen, la trufa, la pasta de trigo duro. El saggicciotti y la pampanera Ventricina, algunas de las carnes. Es una región productora de lácteos, como los quesos móbidos. Vinos como el Pentro y Biferno y dulces tradicionales de nueces y almendras.

CORDERO A LA MOLISANA

INGREDIENTES

- 3 kg de pulpa de cordero
- 40 g de mantequilla
- 1 cebolla grande
- 250 g de tomates maduros
- 2 hojas de laurel
- 4 clavos de olor
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 1 vaso de caldo
- 1 o 2 panecillos duros
- Sal
- Pimienta

PREPARACIÓN

Cortar la pulpa de cordero en trozos pequeños. Saltear los trozos en una cacerola con el aceite bien caliente. Añadir a continuación unos copos de mantequilla y la cebolla cortada en cuartos, clavada en los clavos de olor. Sofreír la cebolla girándola por todos los lados y mezclando también la carne. Incorporar la pulpa de tomate troceada, la sal, la pimienta y el laurel. Bñarlo todo con el caldo y cocer lentamente, con la cacerola tapada, durante una hora aproximadamente. Cortar en rebanadas el pan y tostar en el horno. Cuando el cordero esté listo, retirar la cebolla y servir caliente con el fondo de cocción concentrado acompañándolo con el pan tostado.

BUON APPETITO! ● ● ●

Toscana (Toscana)

CAPITAL: FLORENCIA

En el centro de Italia se encuentra Toscana, paisajes hacen de Florencia la protagonista de esta región. Aquí se encuentran las islas del Archipiélago Toscano, que hacen del mediterráneo algo incomparable. Una región que alberga pueblos medievales y ciudades llenas de historia con castillos e iglesias.

En la cocina de esta región se evidencian ingredientes como el pan, farro, legumbres y hortalizas. Hígados de pollo, la panzanella y los embutidos, destaca la finocchiona. La famosa ribollita, la sopa de farro, el cacciucco, stoccafisso y el bistecca alla fiorentina hacen los platos típicos de la Toscana. En esta región se producen los mejores vinos de Italia como el Chianti y el Brunello de Montalcino, no podemos dejar atrás el Vin Santo acompañado de cantucci.

CROSTINI ALLA TOSCANA

INGREDIENTES

- 200 gramos de hígados de pollo
- Aceite de oliva
- 1/2 cebolla roja finamente picada
- 2 cucharadas de alcaparras
- 4 tajadas de pan toscano
- 1 vaso de vino tinto
- 1 ajo machacado
- 4 anchoas
- Sal y pimienta

PREPARACIÓN

Saltear la cebolla en un poco de aceite de oliva hasta que transparente. Añadir los hígados, salpimentar y saltear hasta que se oscurezcan; vierta el vino, dejar evaporar y, finalmente, agregar las alcaparras y las anchoas. Cocinar durante 15 minutos. Verter la preparación en el procesador de alimentos, triture y deje enfriar. Tostar el pan y espárzale el ajo. Sirva esta mezcla sobre el pan.

Umbria (Umbria)

CAPITAL: PERUGIA

En esta región se encuentra el lago más grande de Italia central, el Lago Trasimeno. Es una región con paisajes muy bellos, donde se encuentran las Cascadas delle Marmore, considerada como las más bellas de Europa.

En esta región es para amantes de la carne, el cerdo se transforma en salchichas, jamones y embutidos. Los quesos, de cabra y oveja son frescos y curados. Las lentejas, forman parte del plato principal, donde se ha otorgado el IGP. La calidad de sus productos como las trufas negra y blanca. El aceite, dorado y aromático se le ha otorgado la denominación DOP. Hay una variedad de vinos tintos reconocidos DOC.

BUON APPETITO! ● ● ●



TAGLIATELLE PORCINI E TARTUFI

INGREDIENTES

- 300 gr Tagliatelle all Uovo
- 200 gr de hongos Funghi Porcini (o 50 gr de hongos deshidratados)
- 1 chalota
- Agua abundante
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

Poner una cacerola con agua a

hervir, (1 litro de agua y 7 gr de sal por cada 100 gr de pasta). Cortar las setas en trozos de buen tamaño para que luego los encontrarlos bien entre la pasta. Picamos la chalota lo más fino posible y freír en sartén con 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra. Una vez empiece a transparentar la chalota, añadir los trozos de funghi porcini y saltear. Cuando la pasta este en su punto, escurrir bien y poner inmediatamente en la sartén, salteándola durante un minuto con los hongos. Servir.

Basilicata (Basilicata)

CAPITAL: POTENZA

Basilicata se encuentra entre Calabria y Apulia. Es una región poco explorada, pero con la zona de los Lagos de Monticchio, de los lugares más espectaculares de Basilicata. Rodeada de dos mares: Jónico y el Tirreno.

*Basada en productos locales, la cocina de Basilicata es esencial y aromática. La pasta de trigo duro, es uno de los tradicionales acompañados de salsas como la "diavolicchio". La verdura también es parte de esta gastronomía, pimientos, ve-
rengenas, papas alcachofas y ensalada de lampaggioni.*

RAVIOLI DI MATERA

INGREDIENTES

- 200 g de harina
- 200 g de ricotta
- 100 g de ragú de cordero
- 40 g de pecorino rallado
- 3 huevos
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 pizca de canela
- 1 pizca de nuez moscada
- Sal

PREPARACIÓN

Coloque la harina sobre la mesa de trabajo, hacer con la mano un hueco en el centro y romper en él 2 huevos; añadir la sal y amasar hasta obtener un masa más bien compacta y lisa. Envolver en un trapo y dejarla en reposo durante 10 minutos. Pasar por el tamiz la ricotta, colocar en una terrina, romper los huevos restantes y añadir el azúcar, la canela y la nuez moscada. Amalgamar bien todo. Extender la masa con el rodillo formando una lámina fina y, con el relleno preparado, formar muchos raviolos con forma de medialuna, cerrar bien a lo largo de los bordes para evitar que el relleno se salga. Cocer y colocar por capas en una sopera, condimentarlos con el ragú y el queso.



Calabria (Calabria)

CAPITAL: CATANZARO

Es el extremo sur de Italia, en la punta de la bota, rodeada por el Mar Jónico y Tirreno, separado por la isla de Sicilia se encuentra la región de Calabria. Cuna de la Magna Grecia y de los antiguos asentamientos, alberga una amplia selección de iglesias, monasterios y palacios.

La gastronomía de esta región se caracteriza por uno de sus sabores, el famoso “peperoncino”. Las bruschette, la “sardella” son algunos de los platos típicos de Calabria. La cebolla roja, con denominación IGP, el aceite de oliva extra virgen, vinos, licores a base bergamota, cedro o hierbas, son de los productos de excelencia de esta región.

POLPETTE DI MELANZANE

INGREDIENTES

- 2 berenjenas • 1 chorrito de aceite de oliva extra virgen • 250 g de pan molido (100 g para la masa y el resto para el empanado)
- 100 g de queso parmesano rallado • 1 diente de ajo finamente picado • 1 cucharada de perejil finamente picado • Sal y pimienta al gusto • 2 huevos • 1 cucharada de copos de avena • Aceite para freír

PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 180° C. Lavar y secar las berenjenas. Cortar longitudinalmente a la mitad. Colocar en una bandeja para el horno, salar y agregar un poco de aceite de olive extra virgen. Hornear durante 30 minutos. Cuando las berenjenas estén cocidas, sacar del horno y dejar enfriar. Con ayuda de una cuchara, sacar toda la carne de las berenjenas, colocarla en un bol y molerla. Añadir 100 g de pan molido, el queso, el ajo, el perejil, los huevos, la sal y la pimienta. Mezclar muy bien los ingredientes hasta formar una masa. Cubrir el bol con papel film y colocarlo en el refrigerador al menos por media hora para que la masa se haga más firme. Mezclar el resto del pan molido con los copos de avena y un poco de sal. Sacar la masa del refrigerador. Tomar una cucharada de la masa y con las manos formar una bolita. Rodar la bolita sobre el pan molido y reservar. Repetir el proceso hasta que la masa se acabe. Calentar aceite en una olla. Freír las bolitas hasta que estén doradas. Servir calientes solas o acompañadas de salsa de tomate.

BUON APPETITO! ● ● ●

Campania (Campania)

CAPITAL: NÁPOLES

La Campania se extiende por el mar Tirreno, desde la desembocadura del Garigliano hasta el Golfo de Policastro. Esta región acoge los golfos de Capri, Procida, Isquía y por supuesto Nápoles. En esta tierra se encuentra el famoso Vesubio

En esta región se cultivan los tomates más jugosos y sabrosos, que sazonan la famosa pizza napolitana. Nápoles, conocida como la patria de los espaguetis, que con condimentos variados y la cocción apropiada forman los mejores platos auténticos. Se producen los mejores quesos, la famosa mozzarella de búfala campana que tiene denominación DOP. Dentro de los licores, el limoncello de Sorrento, acompañan maravillosamente la cena.

PIZZA NAPOLETANA

INGREDIENTES

- Harina de trigo "00"
- Levadura de cerveza
- Agua natural potable
- Tomates pelados o tomates frescos
- Sal marina o sal de cocina
- Aceite de oliva extra virgen
- Mozzarella de búfala
- Albahaca fresca
- Tomate

PREPARACIÓN DE LA MASA

Mezclar la harina, el agua, la sal y la levadura. Verter un litro de agua en un recipiente, disolver con los 50 gr de sal, agregar el 10% de la cantidad total de harina, y después agregue 3gr de la levadura. Comenzar a mezclar, y después agregar gradualmente 1800gr de la harina hasta que logre la consistencia deseada de la pasta, definida como "punto di pasta". Combinar todos los ingredientes debería tomar unos 10 minutos. La mezcla debe ser pegajosa, suave y elástica al tacto.

FERMENTACIÓN DE LA BASE

Primera fase: retirar la masa del recipiente y colocar en una mesa para que repose 2 horas, cubierta de un paño húmedo. Para la "pizza Napolitana" las bolas de la pasta deben pesar entre 180 y 250 g.

Segunda fase: Una vez que se formen las bolas individuales de masa, se dejan de nuevo fermentar de 4 a 6 horas a temperatura ambiente. Estas bolas de masa pueden ser utilizadas dentro de las 6 horas siguientes de la fermentación.

FORMACIÓN DE LA BASE DE LA PIZZA

Después de la segunda fermentación, se echa una ligera capa de harina a la bola de la masa para que no se pegue

a la mesa de trabajo. Con un movimiento del centro al exterior, y con la presión de los dedos del de las manos en la bola, se amasa formando un disco de pasta que no sea más de 0,3 centímetros de grosor , y en el borde no supere los 1-2 cm.

PREPARACIÓN PIZZA NAPOLETANA MARGHERITA

Con una cuchara coloque 60-80gr de salsa de tomate, o de tomates frescos cherry cortados en el centro de la base de la pizza, después con un movimiento en espiral, cubra la superficie entera de la base con la salsa o los tomates. Corte de 80 a 100g de mozzarella de búfala y colóquelo encima de la pizza de forma que cubra la superficie. Esparcir uniformemente las ramas de albahaca. Verter aceite de oliva extra virgen.

COCINAR LA PIZZA

Se introduce la pizza dentro del horno mediante una paleta de aluminio o madera y con ayuda de un poco de harina para que no se pegue. El horneado se debe hacer exclusivamente en un horno de leña cuando alcance la temperatura de 485 °C. Es importante que la pizza se cocine de manera uniforme a través de su circunferencia completa. El tiempo de cocción no debe sobrepasar 60-90 segundos.



Puglia (Apulia)

CAPITAL: BARI

Cocida por ser el famoso “tacón de la bota”. Es una región rodeada de mar con playas maravillosas como Torre dell’Orso y Porto Cesario. La naturaleza, protagonista de los bellos paisajes de Italia y esta región no es la excepción ya que se encuentra el Parque Nacional de Gargano.

La cocina de esta región se caracteriza por ser sencilla en sus ingredientes, tigo duro, verduras y aceite junto a pescado y carne. Pescado, spaguetis con alubias, tomates y cioricotta, frutas secas, miel, vino caliente, fruta y chocolate. Otra región que por la protección de sus marcas tiene denominaciones DOP o IGT. Vinos, aceites de oliva extra virgen y la famosa bella della Dania (aceitunas) son algunos productos que se cultivan en la región.

MELANZANE ALLA PARMIGIANA

INGREDIENTES

• 2 berenjenas • 2 bolas mozzarella fresca • 80 g parmesano rallado • 1 bote salsa de tomate frito casero (400 g) • Sal • Albahaca seca • Aceite de oliva

PREPARACIÓN

Lavar las berenjenas. Secar y cortar en rodajas de aproximadamente 1/2 cm. Poner sobre un recipiente plano para el horno, forrado con papel vegetal y agregar sal, albahaca seca y aceite de oliva. Hornear 20 minutos a 200°C. Hacer una salsa cacera de tomate. Secar las berenjenas. En el recipiente poner una capa de salsa de tomate, berenjenas y rodajas de mozzarella. Repetir este procedimiento hasta que se terminen las berenjenas y la salsa. Debe quedar arriba la salsa de tomate. Espolvorear con queso parmesano rallado. Meter el horno y dejar unos 10 minutos y otros 5 más gratinando.

BUON APPETITO! ● ● ●



Sardegna (Cerdeña)

CAPITAL: CAGLIARI

Situada en el corazón del mediterráneo, se encuentra Cerdeña, una de las islas más famosas de Italia, por su ambiente natural único. La Costa Esmeralda, con Porto Cervo, Vecchio y Rotondo son localidades famosas de la región. Monumentos únicos, que datan del Siglo XV al VI a.C., el complejo de Barumini, Patrimonio Mundial de UNESCO.

Sabores delicados e intensos característicos de la cocina sarda. El trigo es el ingrediente especial, elaborado con el pane carasau, base para la famosa malloreddus, fregola y culurgiones. Dentro de los productos de la región destacan el queso de oveja sardo.

GNOCCHETTI SARDI ALLA CAMPIDANESE

INGREDIENTES

- 400 gr Malloreddus • 1 cebolla • 100 gramos de grasa • 150 gramos de carne de ternera y cerdo mezclada
- 100 gr Salchicha sarda • Pizca de picante • 1 vaso de vino blanco de Oristano (En seco) • Perejil • Albahaca • 1 diente de ajo • 800 gramos de pulpa de tomate • 80 gr pecorino rallado • Pimienta

PREPARACIÓN

Preparar el Malloreddus. Picar el ajo y la cebolla y freír en una sartén. Picar juntos la carne, salchicha, perejil, albahaca y agregar a la mezcla junto con el picante. Agregar vino blanco y dejar que se consuma. Tamizar la pulpa de los tomates, agregar la salsa de carne, sal y pimienta y continuar la cocción a fuego medio y recipiente cubierto por 1 hora aprox. A min 20. del final, tirar los ñoquis en agua con sal apenas a fuego lento, cocinar y escurrir.

Espolvorear con queso rallado y servir con la salsa.

● ● ● BUON APPETITO!

Sicilia (Sicilia)

CAPITAL: PALERMO



Separada del continente por el estrecho de Messina y bañada por el Mar Jónico, el mar Tirreno y el Mediterráneo, se encuentra la isla más grande Italia, Sicilia. Los volcanes son un atractivo de la región el Etna y el Strómboli.

En esta región se caracteriza por tener a la berenjena como protagonista de muchos platos, la caponata, la pasta alla norma y la famosa parmigiana. El pescado, la pasta con sardinas, el atun o el pez espada. No se puede dejar de mencionar la pastelería de esta región, elaborada con ricotta y pasta de almendras. Muchos productos de Sicilia han conquistado marcas DOP e IGT. Dieta mediterránea, reconocida por la autenticidad alimentos como el aceite de oliva extra virge, naranjas sanguinas, unas de Canicatti, entre otros. Los quesos como el Ragusano y el pecorino, el salame de Sant'Angelo de los mejores productos sicilianos, así como los vinos de Marsala, Tràpani, Belice o Vittoria.

CAPONATA SICILIANA

INGREDIENTES

- 1 berenjena
- 120 ml de aceite de oliva extra virgen
- 2 ramas de apio frescas
- 1 cebolla mediana
- ½ pimiento amarillo
- ½ pimiento rojo
- ½ pimiento verde
- 400 g de tomate picado en trozos sin piel ni semillas
- 2 cucharadas soperas de vinagre de vino
- 4 cucharaditas de azúcar
- 1 bote de aceitunas verdes rellenas de anchoa
- 3 cucharadas de alcaparras
- Sal

PREPARACIÓN

Cortar la berenjena en dados con su piel, poner con una cucharada de sal a drenar durante 1 hora encima de un papel de cocina o un colador. Secar con papel. Picar en trozos iguales el resto de ingredientes. En una cazuela poner un poco de aceite de oliva, calentar salteando en él la berenjena durante seis minutos, retirar, bajar el fuego y añadir un poco más de aceite, saltear los dados de apio, durante otros cinco minutos. Retirar. Añadir otra cucharada de aceite y agregar los pimientos con una pizca de sal. Cocinar durante seis minutos,

pasándolos de nuevo a la fuente con el resto de las hortalizas cocinadas. Añadir finalmente otra cucharada de aceite y saltear la cebolla otros cinco minutos, aumentamos el fuego y agregar los tomates en dados, dejar cocinar durante cinco minutos y agregar el vinagre, el azúcar y seguir cocinando por ocho minutos, añadir por último a la sartén todos los vegetales salteados junto con las aceitunas en trozos y las alcaparras. Dejar al fuego todo otros cinco minutos más y retirar para que enfrie totalmente. Servir con rebanadas de pan u otro soporte crujiente.

BUON APPETITO! ● ● ●



Accademia Italiana della Cucina

"La cucina è infatti una delle espressioni più profonde della cultura di un Paese: è il frutto della storia e della vita dei suoi abitanti, diversa da regione a regione, da città a città, da villaggio a villaggio..."

-Accademia Italiana della Cucina

La Accademia Italiana della Cucina, se constituyó el 29 de julio de 1953 en el restaurante del Hotel Diana, Milán. Fue cuando en una cena junto con un grupo de amigos, donde Orio Verani propuso crear una fundación que tuviera como tarea salvaguardar la cultura de civilización de la mesa y por supuesto las tradiciones de la cocina italiana. Entre este grupo de amigos se encontraban exponentes calificados de la cultura, industria y periodismo, quienes estuvieron de acuerdo que la cocina no era una cuestión de poca importancia, sino que merecía más cuidado y atención. Sintieron la responsabilidad de entregar a las generaciones futuras una ardua tarea, pero no imposible: una misión de investigación y de actividad continua, pero al mismo tiempo estimulante y educativa.

Motivados por la pasión, por la experiencia en los valores culturales, históricos y humanos se fundó la

Accademia Italiana della Cucina. Desde ese entonces, esta fundación no ha dejado de perseguir los principios que se identificaron como fundamentales, donde se han adaptado a la evolución de la sociedad y la costumbre. La Academia cuenta actualmente con 217 Delegaciones en Italia y 68 delegaciones en el extranjero. En Guatemala, la Accademia es presidida por el Lic. Aldo Grazioso Bonetto, que, junto con un grupo de amigos, promueven la valoración de los productos típicos, divulgar la preparación y degustación de lo que Italia ha producido en el campo gastronómico que se traduce en defender la propia identidad cultural.

Con presencia a nivel mundial, a pesar de los años de haberse constituido, la Accademia es sólida, activa, vigorosa e importante cuyo principal compromiso es la investigación para la protección de las tradiciones de la cocina italiana.



● ● ● BUON APPETITO!



La Osteria Francescana, EL MEJOR RESTAURANTE DEL MUNDO

El restaurante italiano Osteria Francescana con tres estrellas Michelin, del chef Massimo Bottura, recibió en junio 2016 el reconocimiento del mejor restaurante del mundo, convirtiéndose en ser el primer restaurante italiano en obtenerlo, según la revista "The World's 50 Best Restaurants". La excelencia de este restaurante se ha caracterizado por al menos 8 años, donde se ha encontrado entre los primeros cinco mejores del mundo. Este ránking se elabora a partir de las votaciones de alrededor 1,000 personas y expertos que conforman este sector y que son elegidos por esta revista. Se ha dividido el mundo en 27 regiones y cada una de ellas ha seleccionado a 36 personas, donde puede emitir siete votos, tres para nominar a restaurantes fuera de su región. Además se premia al mejor repostero, cocinero, chef, entre otros.

El restaurante Osteria Francescana se encuentra en Módena (Italia) y fue inaugurado en 1995. Su cocina, ha reflejado la creatividad, pasión y determinación del chef para desafiar la tradición culinaria italiana. Massimo Bottra, si bien trabaja con los ingredientes tradicionales de la cocina italiana, ha reiventado y mejorado algunas recetas, lo cual ha sido un reto, teniendo en cuenta que la cultura de la gastronomía italiana es conservadora.

Este restaurante ofrece una opción a la carta y dos menús de degustación. Situado en la región de Emilia-Romagna, donde se produce uno de los productos reconocidos a nivel mundial por su excelencia, el Parmigiano Reggiano, famoso por las cinco edades, donde al degustarlo se tiene una experiencia a través de la textura y por supuesto el sabor.

Las creaciones del Chef, son influenciadas por el arte y la música, es un restaurante elegante, con obras de arte contemporáneo de alta calidad. Además del restaurante, ha fundado el proyecto sin fines de lucro, Food for Soul, con el objetivo de combatir el hambre y el desperdicio de alimentos.

*Los diez errores más comunes con
los que arruinamos la comida
italiana*

La cocina italiana sigue normas ancestrales que no tiene sentido saltarse.

Terence Hill y Bud Spencer en una visita a Roma. (Corbis)

MIGUEL AYUSO

La cocina italiana es una de las más internacionales pero, como ocurre con todas las preparaciones regionales que se globalizan, en el camino ha perdido muchos de sus aspectos fundamentales. La Academia Barilla, una de las más prestigiosas escuelas de cocina de Italia –situada en la ciudad de Parma–, ha publicado esta semana un decálogo con los errores más comunes que los extranjeros cometen al acercarse a la comida italiana. La Institución, que tiene entre sus objetivos “defender y salvaguardar los productos alimentarios italianos elaborados por artesanos y con denominación de origen de las imitaciones de mala calidad”.

1

OFRECER LA PASTA COMO ACOMPAÑAMIENTO

Ni la pasta, ni el risotto, deben servirse nunca como acompañamiento. Exceptuando en recetas como las carnes “a la milanesa”. La pasta y el arroz se toman en Italia como plato principal algo que, además, es obligatorio si no queremos que nuestro consumo de calorías se dispare.

2

ECHARLE KÉTCHUP A LA PASTA

El colmo absoluto de todos los atentados al recetario italiano es acompañar la pasta con ketchup, una salsa que sigue bañando los espaguetis. La Academia Barilla califica esta práctica como un “auténtico pecado culinario”. La realidad es que, para triunfar con un buen plato de pasta con tomate, es necesario elaborar una salsa casera.

3

COCER LA PASTA EN AGUA CON ACEITE

En España es muy habitual echar un chorro de aceite de oliva al agua en que se cuece la pasta, una costumbre que, según apuntan en la Academia Barilla, no aporta nada a los platos. En su opinión, el aceite debe añadirse tras escurrir la pasta. Otra costumbre española de la que se olvida el decálogo es la de lavar la pasta en agua fría antes de escurrirla, algo que sólo sirve para que ésta pierda sabor. La Academia ofrece sus propias instrucciones para cocer la pasta “al dente”. Uno de los secretos, aseguran sus chefs, reside en escurrir la pasta un minuto antes del tiempo de cocción indicado en el paquete, pues la pasta seguirá haciéndose mientras la cocinamos con la salsa.

4

ACOMPAÑAR LOS ESPAGUETIS CON SALSA BOLOÑESA

Aunque los espaguetis a la boloñesa son uno de los platos italianos más populares, la Academia Barilla asegura que la receta es una invención internacional, imposible de encontrar en ningún restaurante de la ciudad que le da nombre. La famosa salsa, que sí bien es uno de los clásicos básicos de la cocina italiana, suele acompañarse de tagliatelle, la pasta típica de Bolonia que en Italia se cocina siempre con huevo, no de espaguetis. Hay muchas recetas italianas que se han pervertido en su paso al recetario internacional.

5

USAR EL POLLO COMO INGREDIENTE DE UN PLATO DE PASTA

“Nadie en Italia echaría pollo a la pasta”, asegura el decálogo de la Academia Barilla. Según la escuela de cocina es algo muy típico en EEUU. De hecho, en Italia la pasta con pescado o marisco es tremendamente popular. Los espaguetis al frutti de mare o, simplemente, con mejillones, son uno de los preparados más exitosos.

6

PEDIR UNA ENSALADA CÉSAR EN ITALIA

La ensalada César es un plato muy popular, presente en las cartas de cafeterías y restaurantes de todo el mundo, pero no es una receta italiana. De hecho, es muy difícil de encontrar en el país de la bota. Hay diversas versiones sobre el origen de la ensalada, pero todas coinciden en que empezó a servirse en México y más tarde pasó a EEUU. Se cree que su inventor, Alex Cardini –que sí era italiano– la diseñó en el restaurante que su hermano, César Cardini, regentaba en Tijuana: el Cesar's Place.

7

DECORAR EL RESTAURANTE CON MANTELES DE CUADROS ROJOS Y BLANCOS

El cine ha explotado la imagen del típico restaurante italiano con velas, grandes platos de pasta, jarras de vino y manteles ajedrezados en rojo y blanco. Los tres primeros elementos pueden ser ciertos, pero según la Academia Barilla los manteles ajedrezados no son típicos en ningún lugar de Italia.

8

PEDIR UN CAPUCCINO DESPUÉS DE COMER

En Italia el capuccino sólo se toma en el desayuno, nunca después de las comidas. Normalmente, se toma el café espresso o macchiato.

9

BUSCAR LOS FETTUCCINE ALFREDO EN ITALIA

Aunque los Fettuccine Alfredo sí son una invención italiana, nadie en el país los conoce con ese nombre. La salsa Alfredo es un sencillo acompañamiento para la pasta a base de mantequilla y queso parmesano que se hizo famosa en el restaurante Alfredo alla Scrofa de Roma, propiedad de Alfredo di Lelio. Por alguna razón que desconocemos, la receta se popularizó en EEUU y por ende en el resto del mundo con el nombre que le dio el avezado restaurador, pero se trata sólo de una versión de los tradicionales Fettuccine al burro –es decir, “a la mantequilla”–.

10

IR A COMER SOLO

El último punto del decálogo de la Academia Barilla, tiene más que ver con las costumbres de la sociedad italiana que con la comida en sí. Según los chefs de la escuela, en Italia nunca se va a un restaurante solo, pues la comida se disfruta siempre en familia o con amigos. “El amor y la familia lo es todo”, concluye el decálogo.



LEONARDINI
L'ENOTECA

MUY PRONTO
EN CENTRO COMERCIAL AVIA
ZONA 10

¡ESPÉRANOS!



Directorio

RESTAURANTES CON CERTIFICACIÓN "OSPITALITÀ ITALIANA"

EL CAZADOR ITALIANO

3ra. Avenida Norte #1B,
La Antigua Guatemala
Teléfono: 7832-2955

TARANTELLA

Km. 22.5 Carretera a El
Salvador, Centro Comercial
Deco City
Teléfono: 6645-9932

RESTAURANTES

BOLGHERI

Plaza Fontabella (13 calle y
4ta. Avenida Zona 10)
Teléfono: 2336-5431

LA FATTORIA PIZZERÍA

16 calle 4-32 Zona 10
Teléfono: 5000-1111

L'OSTERÍA

4 Avenida 10-41 Zona 10
Teléfono: 2278-9914

PIÙ TRENTANOVE

Avenida Las Américas 19-30
Zona 13
Teléfonos: 2309-8006 y
5264-2702

PRIMO DE ROMA

Plaza Fontabella, Pradera
Concepción y Plaza
Concepción
Teléfono: 2437-7599

TRE FRATELLI

Plaza Fontabella
Teléfono: 2320-0999

CONDADO CONCEPCIÓN

Teléfono: 6634-5094

CAYALÁ

Teléfono: 2493-8037

MAJADAS ONCE

Teléfono: 2312-4925

ANTIGUA GUATEMALA

Teléfono: 7832-7730

SAN CRISTÓBAL

Teléfono: 2443-0338

POSITANO

Boulevard Austriaco 37-01
Zona 16, Dinamia Cayalá
Teléfono: 2508-2651

VESUVIO

Zona 10 y 4, San Cristóbal,
Las Majadas, Paseo Cayalá,
Km. 16.5 Carretera a El
Salvador
Teléfono: 2323-2323

VIÑA DE BACO

4 calle oriente #14, Centro
Comercial La Fuente, Antigua
Guatemala
Teléfono: 7832-5023

IMPORTADORES DE VINOS Y ALIMENTOS

ALTO BASSO

katyaltobaso@yahoo.com
Productos: Panettone y pan-
doro

BICAFA

Km.25.5 Carretera a El
Salvador Guatemala
Teléfono: 6661-2800
www.bicafe.com.gt/
info@bicafe.com.gt
Producto: Illy Café

COMERCIALIZADORA AZ

23 Avenida 15-79, Zona 10
Colonia Alcázar
Teléfono: 2303-0099
www.comercializadoraaz.com
info@comercializadoraaz.com
Productos: embutidos, pastas,
quesos, tomates, vinagres,
vinos, otros.

DISTRIBUIDORA ALCAZARÉN

5ta. Avenida 13-43 Zona 9
Teléfono: 2429 5959
www.alcazaren.com.gt
Productos: vinos y licores

ENTRE VINOS

Diagonal 6 12-42 Edificio
Design Center Torre II Nivel
8 Oficina 805 Zona 10
Teléfono: 2233-0268
www.entrevinos.com.gt/
administracion@entrevinos.com.gt
Productos: vinos

GRUPO ERREBI

Km. 17.5 carretera a San José
Pinula, Empresarial San José
interior #18.
Teléfonos: 6637 5341 y
6637-5342
www.grupoerrebi.com
info@grupoerrebi.com
Productos: aceites, vinagres,
pastas, polentas, conservas,
lácteos, embutidos, hongos
secos y especias, conservas
de pescado, repostería,
vinos, licores, entre otros.

IL MERCANTE

14 avenida 7-12 Zona 14
Empresarial La Villa
Oficina 2
Teléfono: 2366-5633 al 36
Info@ilmercante.com.gt
Productos: aceites y vinos

IN HOUSE WINE & CATERING

Teléfonos: 23671280 -
41947401
mercadeo@inhousewc.com
Servicio de catering

KRON

Kioskos en Oakland Mall y
Plaza Cemaco zona 10
Teléfonos: 23673876 y
23367233
kronguate@gmail.com
Productos: chocolates y dul-
cería

LA TENUTA

9a. Calle 4-45 Zona 14
Teléfono (PBX): 2503-6000
www.vinoslatenuta.com
ventas@vinoslatenuta.com
Productos: vinos

MARCAS MUNDIALES

Teléfonos: 2310-8282 y
2310-8237
www.marcasmundiales.net/
servicioalcliente@marcas-mundiales.net
Productos: vinos y licores

PAVALCO

Teléfono: 2268-2778
www.pavalco.com
lavazzaguatemala@pavalco.com
Producto: Café Lavazza

PLUS MARKAS

18 avenida 39-00 zona 12
Teléfono: 2476-1958
www.plusmarkas.com.gt/
pedidos@plusmarkas.com.gt
Productos: aceites de oliva,
pastas, vinos, licores, galle-
tas, arroz, vinagres, otros.

VINI PICCININI

Don Formaggio, The Kitchen
y Délica
vinopiccinini@gmail.com
Facebook: Vino Piccinini
Producto: vinos



BIBA TRATORIA

10ma. Ave.5-49 zona 14.
Teléfono: 2312-4646

**BORGOROTONDO "EL
TUERÉ"**

Carretera El Salvador Km.
14.5 Interior SantuariaMuxbal
Teléfono: 6664-3679

CARPACCIO

14 Calle 0-25 zona 10
Teléfono: 2333-4794
2368-0690

DA GINO E GIULIANO

6ta Ave. 11-77 zona 10
Teléfono: 2362-7449

DEL POSTO

5Ta Ave. 14-24 zona 14
Teléfono: 2366-2924

GIUSEPPE VERDI

Ave. Reforma 14 Calle 1-34
zona 10 Interior Westin
Camino Real
Teléfono: 2367-6424

ITALIANNIS

Diagonal 6 12-42 zona 10
C.C. Desing Center
Teléfono: 2441-5225

L'APERÓ

Vía 5 2-24 Local #5 zona 4,
4 Norte
Teléfono: 2360-2561

**LA CUCINA DI
BORGOROTONDO**

Carretera al El Salvador
Km. 14.5 Interior Muxbal
Teléfono: 5709-1441

LA NONNA

Blvd. Los Próceres 19-42
zona 10 C.C. Office Depot
Local #4
Teléfono: 2367-2723

MARGHERITA PIZZERIA

Blvd. Vista Hermosa I 23-41
zona 15
C.C. Plaza La Noria
Teléfono: 2375-0000

NICOLAI FETTUCINE

Ruta 4 5-73 zona 4
Teléfono:2336-8578
16 calle 0-51 zona 14
Teléfono: 2508-0396

PECCATO PASTA

Ave. Las Américas 14-28 zona
13 C.C. Plaza Americas
Local #1ª
Teléfono: 2362-2387

PECORINO

11 Calle 3-36 zona 10
Teléfono: 2360-3035

ROCCO'S PIZZA

Majadas
Teléfono: 2474-5757
San Cristóbal
Teléfono: 2443-1111

CAFFÉ MEDITERRÁNEO

6ta Calle Poniente No.6 A
Teléfono: 7832-7180

CAFFÉ OPERA

6ta Ave. Norte No. 17
Teléfono: 7832-0727

CAFETERÍA ITALIANA

5ta Ave. Sur No. 34 A
Teléfono: 7832-7370

DA VINCI

5ta Calle Poniente No.7 B
Teléfono: 7832-9736

EL PUNTO

2da Calle Oriente No.9 D
Teléfono: 7832-7718

EL TENEDOR DEL CERRO

Cerro de Santa Inés Antigua,
Carretera entrada a la
Antigua
Teléfono: 7832-3520

LA ANTIGUA VINERÍA

5ta Ave. Sur No.34 A
Teléfono: 7832-7370

LA BICICLETA DE JUANCHITO

2da Calle Oriente No.9D
Teléfono:5293-3361

LA TOSCANA

1ra Ave. Sur No 17 A
Teléfono:
7832-9864

OSTERIA DI FRANCESCO

7ma Calle Poniente N.35
Teléfono:
7832-3884

PIZZA GOURMET

CHRISTOPHE
Calle Ancha No. 27
Teléfono:
7832-2732

¿BUSCA HACER NEGOCIOS CON ITALIA?

¡CÁMARA DE COMERCIO E INDUSTRIA ITALIANA
EN GUATEMALA APOYANDO EL COMERCIO ENTRE
ITALIA Y GUATEMALA!



12 calle 6-49 zona 14
Ubicado en la Embajada de Italia
+ (502) 2367-3869

www.camcig.org / admin@camcig.org

 Cámara de comercio e Industria Italiana en Guatemala



Convivios



VESUVIO

PIZZA COMO DEBE SER

ZONA 4 / ZONA 10 / MAJADAS / CAYALÁ / CARRETERA A EL SALVADOR / SAN CRISTÓBAL / PLAZA KALÚ EL NARANJO

RESERVACIONES

2323-2323