

# CARNAVAL & GOURMANDISES



①

Du sucre et du gras : telle est la devise culinaire que l'on applique au moment de célébrer le Carnaval en Italie. Tour de la Botte de ses douceurs frites !



④

## Comme un air de fête...

*Carnevale*, ou plutôt *Carne Levare*, « se libérer de la viande » : telle serait l'étymologie de ce mot faisant allusion au moment où l'on consomme une dernière fois des aliments gras avant d'entrer en Carême. Cette période est marquée par les excès en tous genres, les fêtes et les déguisements qui permettent le renversement des rapports sociaux et la transgression de l'ordre établi.

## UNE FARANDOLE DE DOUCEURS !

Qu'elles soient moelleuses ou croustillantes, imbibées de miel ou parsemées de sucre glace, les gourmandises carnavalesques doivent être frites. Il s'agit de célébrer le gras et l'abondance !

## LES CHIACCHIERE ⑧ (Littéralement « potins »)

Beignets fins et croustillants aussi appelés *bugie* ⑥ (Piémont, Ligurie), *crostoli* ③ (Frioul), *galani* ① (Vénétie), *lattughe* (Mantoue), *cenci* ④ (Toscane), *cunchielli* (Molise), *guanti* (Naples) ou *girelle* ⑤ s'ils sont enroulés en escargots et *maraviglias* (Sardaigne). La légende raconte que la reine Margherita de Savoie, grande bavarde, aurait demandé à son chef pâtissier des gâteaux à déguster entre deux potins, d'où leur nom. Leurs cousines françaises se nomment bugnes (Lyon), merveilles (Bordeaux), oreillettes (Provence)...

## LES FRITTELLE

Petits beignets ronds et moelleux, appelés également *brighelle* (Ombrie), *fritole* (Venise), *caragnoli* (Molise) et *castagnole* ⑨ (dans de nombreuses régions), *scrocconfusi* (Marches), *tortelli* (Lombardie).

## LES CIAMBELLE OU BASTONCINI

Beignets de pâte levée troués au centre ou allongés. Ils portent les noms de *graffe* (Naples), *berlingozzi* (Toscane) et *zeppole* (Sardaigne et Campanie), *crispelle di riso* (Sicile) ; pour les *arancini* de Carnaval (Marches), la pâte levée est enroulée en escargot.

**LES BEIGNETS** sont parfois recouverts de miel, comme la *cicerchiata* (Abruzzes, Ombrie, Calabre), les *scorpelle* (Molise), les *brignolus* (Sardaigne), les *struffoli* ② (Campanie) ou encore la *pignolata* (Sicile et Calabre).

## LE ROYAUME DU CARNAVAL

Au pays de Cocagne, contrée imaginaire de l'abondance, de l'oisiveté et du plaisir satisfait, la littérature de la Renaissance met en scène le roi Carnaval. Comme l'a peint Pieter Bruegel en 1559, il y combat avec plaisir son rival Carême, symbole de la famine.

MARTINA TUSCANO



②



③



⑤

## LES EXCEPTIONS

On peut trouver, mais plus rarement, des gâteaux non frits :

### En Campanie

Le *migliaccio*, à base de ricotta et de semoule de blé, et le *sanguinaccio*, avec du chocolat et du sang de cochon.

### Dans les Pouilles

Les *dita degli apostoli* (« doigts d'Apôtres »), des crêpes farcies de ricotta et de chocolat.

### En Sardaigne

Les *caschettas di Belvi* ⑦, de petits chefs-d'œuvre à base de noisettes, de miel de châtaigner et d'épices, autrefois offerts par le mari à son épouse le jour du mariage.

⑥



⑦



⑨



⑧

## RECETTE

### LES CASTAGNOLE ⑨

#### POUR 50 CASTAGNOLE ENVIRON

250 g farine + pour former les boules

2 œufs

50 g de beurre

60 g de sucre

1 c. à café de levure chimique

Le zeste d'un citron non traité

1 ou 2 c. de *marsala* ou de liqueur à l'anis

Une pincée de sel

Huile d'arachide pour la friture

Sucre glace ou semoule pour l'enrobage

• Sur un plan de travail, déposer la farine tamisée avec la levure et former un puits haut et large. Y déposer les œufs, le sel, le sucre, le zeste de citron.

• Travailler les ingrédients à la main puis ajouter le *marsala* et le beurre coupé en petits dés.

• Continuer à mélanger jusqu'à obtenir une pâte bien ferme et homogène. Laisser reposer 30 minutes.

• Prélever des morceaux de pâte d'environ 10 g et les rouler dans la paume de la main à l'aide d'un peu de farine pour obtenir des boules lisses.

• Dans une grande poêle à bords hauts, faire frire les *castagnole* dans l'huile d'arachide bien chaude, jusqu'à ce qu'elles prennent une couleur dorée uniforme.

• Les égoutter sur du papier absorbant et les rouler dans le sucre en poudre de façon qu'elles soient complètement recouvertes.

• Servir les *castagnole* chaudes ou froides.

#### Conseils pour une bonne friture

La bonne température pour le bain d'huile est de 175°C. Pour la vérifier, il faut observer les réactions d'un petit bout de pâte jeté dans l'huile :

→ *s'il reste au fond* : la température n'est pas atteinte ;

→ *s'il remonte à peine à la surface* : l'huile atteint 175°C ;

→ *s'il devient immédiatement brun* : l'huile a dépassé 190°C, et il faut donc la laisser refroidir un peu.



PASTICCERIA NAPOLETANA P. 139 ;  
DOUCEURS DE NOËL P. 366.

# LES LÉGUMES TOURNENT AU VINAIGRE

*La giardiniera* : une recette de légumes croquants d'origine piémontaise et au nom venu du français, très populaire dans toute la Botte.

ALESSANDRA PIERINI

## C'EST QUOI ?

Appelée aussi *antipasto piemontese*, la *giardiniera* (jardinière de légumes) est une conserve de différents légumes coupés en morceaux, bouillis dans un mélange d'eau, de sel et de vinaigre. Cette ancienne méthode permet d'avoir un choix plus large de légumes pendant l'hiver.

## Un jardin sur la table

La version classique prévoit quatre légumes traditionnels : poivron, carotte, céleri, chou-fleur, souvent complétés d'oignons, cornichons et fenouil. Elle peut être enrichie de courgettes, courges, olives dénoyautées, haricots verts. Plus rares : céleri-rave, radis, petits pois, oignons rouges, pommes, poires, champignons et pommes de terre.

## ANTIPASTO OU CONTORNO

Traditionnellement servie en début de repas avec charcuterie et fromages, la *giardiniera* peut condimenter des salades de riz ou de pâtes, accompagner le *bollito misto* (pot-au-feu), un *cotechino* (saucisson à cuire) et les poissons gras ; ou encore farcir des sandwiches ou des *tramezzini*.



## RECETTE

Le secret de cette méthode de conservation : des légumes qui gardent du croquant et une acidité bien équilibrée !

### POUR 4 BOCAUX DE 400 G

400 g de poivrons rouges ou jaunes  
300 g de carottes  
200 g de chou-fleur  
200 g d'oignons frais  
150 g de céleri  
150 g de haricots verts  
1 l de vinaigre de vin blanc  
3 feuilles de laurier  
1 c. à soupe de gros sel

• Stériliser les bocaux et les couvercles : les placer dans une casserole remplie d'eau et faire bouillir pendant 30 minutes. Égoutter sur un linge propre et laisser refroidir.

• Laver les légumes qu'il faudra cuire séparément. Peler les carottes et le céleri et les couper en bâtonnets. Détailler le chou-fleur en petits bouquets. Couper les poivrons en deux, retirer les pépins et les filaments internes et les couper en lanières. Équeuter les haricots verts. Peler les oignons et les couper en deux dans la longueur.

• Dans une casserole, verser le vinaigre, 1 l d'eau, le sel et les feuilles de laurier. Porter à ébullition et cuire les haricots verts (3-4 minutes), les égoutter avec une écumoire et les déposer sur une planche. Répéter la cuisson pour les carottes (5 minutes), le céleri (4 minutes), le chou-fleur (3 minutes),

les oignons (3 minutes), les poivrons (2 minutes). Il faut que les légumes soient *al dente*. Laisser bien égoutter. Filtrer l'eau de cuisson.

• Disposer les légumes dans les bocaux stérilisés, les recouvrir complètement d'eau de cuisson, fermer hermétiquement et stériliser à nouveau en faisant bouillir pendant 15 minutes. Laisser refroidir les bocaux dans la casserole, les égoutter et les tourner sur le couvercle jusqu'à ce qu'ils deviennent complètement froids pour créer l'effet ventouse et assurer une bonne conservation au frais et à l'abri de la lumière pendant quelques mois.

## UNE ALTERNATIVE : LE PINZIMONIO

De la contraction de *pinzare* (picoter) et *matrimonio* (mariage), pour indiquer un mélange d'ingrédients qui chatouille le palais, le *pinzimonio* est un assaisonnement cru à base d'huile d'olive, vinaigre, sel et poivre, dans lequel on trempe des légumes crus, frais et croquants (carottes, fenouil, poivrons, radis, oignons, céleri...), coupés en lanières ou bâtonnets et disposés en éventail dans un plat. Les ingrédients de la sauce sont émulsionnés dans un petit bol individuel pour chaque convive. Dans la version sicilienne on ajoute ail, tomates pelées, menthe et un peu d'eau.

### RICOCHETS

HUILE D'OLIVE P. 158 ;  
TRAMEZZINO P. 375 ;  
OIGNONS P. 342.

# BISCUITS

La Botte est la patrie de ces *biscotti*, nés de la nécessité de transporter des mets non périssables. Il en existe une multitude de formes et de recettes. Tour d'horizon craquant.

ALESSANDRA PIERINI

## • TREMPER SON BISCUIT •

Comme rituel de fin de vendanges, les ouvriers se plaisaient à tremper des biscuits très secs dans un verre de vin. D'ailleurs, le rituel de fin de repas de tremper un biscuit sec dans un verre de *passito* (vin de passerillage) est toujours très présent, comme les *cantuccini* dans le *vin santo* en Toscane.



## AUX ÉPICES

### ① *Susamielli* · Latium, Pouilles, Campanie

**TEXTURE** : de friable à dure.

Connus aussi sous le nom de *sapienze* ou *sesamielli*. Pâte sablée, zeste d'agrumes, cannelle, noix de muscade, miel et *pisto* napolitain (mélange de clous de girofle, vanilline, cannelle, muscade, sucre glace et poivre).

### ② *Mustaccioli* ou *mostaccioli* ou *mustazzola* · Molise, Ombrie, Pouilles, Campanie, Calabre, Sicile

**TEXTURE** : de friable à dure.

Farine, miel, épices et, selon les régions, fruits secs, cacao, café, liqueurs ou vin.

### ③ *Brigidini* · Toscane

**TEXTURE** : friable.

Tuiles très fines et cassantes à base de farine, œufs, anis et sucre. Proches des *berlingozzi* et des *berlingacci*, plus sucrés.

### ④ *Pevarini* · Vénétie

**TEXTURE** : friable et croquante.

Sablé dense de farine, levure, mélasse, miel, poivre, cannelle, noix de muscade, gingembre et clous de girofle.

### ⑤ *Bicciolani di Vercelli* · Piémont

**TEXTURE** : friable.

Farine, beurre, sucre, œufs, miel, cannelle, macis, coriandre, poivre blanc, vanille, cacao, zeste de citron.

### ⑥ *Roccoco* · Campanie, Pouilles

**TEXTURE** : de friable à dure.

Pâte sablée enrichie d'amandes, de miel, d'écorce d'orange et de *pisto* napolitain.

## AUX AMANDES

### ⑦ *Amaretti* croquants · Piémont, Ligurie, Lombardie, Émilie-Romagne

**TEXTURE** : croquante.

Amandes douces et amères en poudre (13 % minimum), sucre et blanc d'œuf.

### ⑧ *Amaretti* moelleux · Ceux de Monbaruzzo et Voltaggio dans le Piémont, de Sassello en Ligurie et d'Oristano en Sardaigne sont les plus connus

**TEXTURE** : de moelleuse à très moelleuse.

Amandes douces et amères en poudre (35 % minimum), sucre et blanc d'œuf. Voir recette page suivante.

### ⑨ *Paste di mandorle* · Sicile, Sardaigne – appelées aussi *sospiri* –, Calabre, Pouilles

**TEXTURE** : moelleuse.

Amandes douces en poudre, sucre, blanc d'œuf et zeste de citron.

### ⑩ *Ricciarelli* · Toscane

**TEXTURE** : de moelleuse à très moelleuse. Amandes douces en poudre, miel, zeste d'orange, œufs, sucre, vanille ; ovales et saupoudrés de sucre glace.

## AUX FRUITS SECS ET/OU CONFITS

### ⑪ *Cavallucci* · Toscane, Marches, appelés *morselletti* dans le Latium

**TEXTURE** : friable et croquante.

Farine, sucre, miel, anis, noix, amandes, orange et cédrat confits.

### ⑫ *Tegole* · Val d'Aoste

**TEXTURE** : friable.

Tuiles à base de farine de noisette et d'amande, farine, sucre et blanc d'œuf.

### ⑬ *Brutti e buoni* · Piémont, Toscane

**TEXTURE** : croquante et craquante.

Meringue de blancs d'œuf avec sucre, noisettes et/ou amandes en poudre.

### ⑭ *Papassini* · Sardaigne

**TEXTURE** : croquante.

Farine, raisins secs, noix, amandes, zeste d'orange, anis, noix de muscade, moût cuit de raisin ; denses et de formes variées.

## DÉRIVÉS DE LA PÂTE À PAIN

### ⑮ *Torcetti* ou *torchiotti* · Val d'Aoste, Piémont, Italie centrale

**TEXTURE** : friable et croquante.

Beurre, sucre et farine ; semblables à des feuilletés. La technique de préparation et la cuisson sont très proches de celles des *grissini* salés.

### ⑯ *Taralli glassati* · Campanie, Calabre, Basilicate, Latium

**TEXTURE** : friable et croquante.

Version sucrée des *taralli* salés avec farine, sucre, saindoux, œufs et liqueur d'anis, rhum ou *grappa*.

## EN PÂTE SABLÉE - FROLLINI

### ⑰ *Paste di meliga* · Piémont, ceux du Monregalese sont sentinelles Slow Food

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Farine très fine de maïs, sucre, œufs, vanille.

### ⑱ *Offelle di Parona* · Lombardie

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Farine, œufs, beurre, sucre et huile d'olive.

### ⑲ *Krumiri* · Piémont

**TEXTURE** : friable et moelleuse

Farines de blé et de maïs, sucre, beurre, œufs et vanille.

### ⑳ *Canestrelli liguri* · Ligurie, Piémont

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Farine, beaucoup de beurre, sucre, œufs ; saupoudrés de sucre glace.

### ㉑ *Zaleti, zaeti* ou *xaeti* · Vénétie, Trentin, Frioul

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Farines de maïs et de blé, beurre, sucre, œufs, raisins secs, pignons et zeste de citron.

## LE PLUS INSOLITE

### ㉒ *Mpanatigghi* · Sicile, originaires de Modica

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Pâte sablée ; farcis avec de la viande de veau (anciennement du gibier), du chocolat de Modica, des fruits secs et des épices. Introduite sur l'île par les Espagnols au XVI<sup>e</sup> siècle, cette préparation permettait de manger de la viande en cachette en période de carême.

## LES VRAIS BIS-CUITS

### ㉓ *Cantuccini* · Toscane, aussi sous le nom de *biscotti di Prato*, *piparelli* en Sicile et *morselletti cilentani* en Campanie

**TEXTURE** : de craquante à dure.

Plusieurs variantes, mais les plus traditionnels sont avec des amandes. Voir recette page suivante.

### ㉔ *Biscotti della salute* ou *del Lagaccio* · Piémont, Ligurie

**TEXTURE** : friable et croquante.

Biscottes à base de farine, sucre, beurre, anis ou fenouil et sel.

### ㉕ *Baicoli* · Vénétie, aussi sous le nom de *pan biscotto*

**TEXTURE** : friable et croquante.

Farine, sucre, beurre, blanc d'œuf et sel.

### ㉖ *Anicini* · Ligurie, Sardaigne, Piémont

**TEXTURE** : friable et dure.

Sortes de tranches sucrées à base d'œufs, farine, sucre et anis.

## FARCIS

### ㉗ *Nucatuli* ou *nucatula* · Sicile

**TEXTURE** : croquante et dure.

Pâte à base de semoule, sucre et saindoux farcie avec des figues séchées, des noix, des amandes, du zeste d'orange, de la cannelle et du miel.

### ㉘ *Baci di dama*, « baisers de dame » · Piémont surtout mais aussi Ligurie, Val d'Aoste

**TEXTURE** : friable.

Deux biscuits ronds à base de farine de noisette et d'amande, liés par une farce de chocolat.

Voir recette page suivante.

### ㉙ *Pasticciotti* · Sicile, Pouilles, Campanie

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Pâte sablée farcie avec confitures ou crèmes, selon les régions.

### ㉚ *Tozzetti* · Italie centre-sud

**TEXTURE** : de craquante à dure.

Pâte à base de farine, beurre, vanille, zeste de citron, farcie de fruits secs, miel et épices.

## À IMBIBER

### ㉛ *Saviardi* · Piémont, Sicile, Sardaigne où ils sont appelés *biscotti di Fonnì* ou *pistoccus*.

**TEXTURE** : friable et moelleuse.

Voir recette page suivante.

### ㉜ *Biscottini di Novara* · Piémont

**TEXTURE** : croquante et friable.

Farine, sucre, œufs, sans matière grasse ; en forme de boudoir mais plus plat.

## À CARACTÈRE RELIGIEUX

### ㉝ *Quaresimali* · Surtout Ligurie, mais aussi Toscane, Campanie, Pouilles, Sicile

**TEXTURE** : de dure à croquante et friable.

Souvent à base d'amandes, mais aussi de noisettes ou de pignons ; assez fermes, entourés de pâte sablée, ils sont préparés pendant le Carême.

### ㉞ *Ossa dei morti* ou *biscotti/fave dei morti*, « biscuits/fèves des morts » · Dans toute l'Italie avec des variantes

**TEXTURE** : dure.

À base de farine, sucre, œufs, amandes et, selon les régions, enrichis avec des fruits secs ou confits, des épices et des vins doux ; préparés pour célébrer les défunts début novembre.

### ㉟ *Nacatole* · Calabre

**TEXTURE** : friable.

Pâte sablée avec de l'anis ; on les offrait autrefois avec les faire-part de mariage, on les prépare aujourd'hui à Noël.

### ㊱ *Mostaccioli* ou *spaccadenti*, « casse-dents » · Calabre

**TEXTURE** : dure.

Pâte très dure à base de farine, miel et moût de raisin ; ils prennent des formes allégoriques de figures humaines, animales ou d'objets symboliques et accompagnent toutes les festivités religieuses.

## MOINS COURANTS MAIS TOUT AUSSI BONS

*Ferratelle* (Abruzzes), *bicciolani* et *tirulen* (Piémont), *bigi* (Lombardie), *susumelle* (Calabre), *essi* et *buranesi* (Vénétie), *biscotti di Panicaglia* (Toscane), *biscotti di Castellammare* (Campanie)...

## IL ÉTAIT UNE FOIS... UNE DOUBLE CUISSON

Du latin tardif *biscoctus*, « bis-cuit », ce pain cuit deux fois, très dur et de longue conservation existait déjà à l'époque romaine. Jusqu'au Moyen Âge, les seuls ingrédients édulcorants utilisés en cuisine étaient le miel et le moût de raisin cuit. Il a fallu attendre 996 pour voir débarquer à Venise le sucre et les XI<sup>e</sup>-XII<sup>e</sup> siècles pour que s'accroisse le commerce des épices (poivre, cannelle, anis...), des crèmes, confitures et ingrédients exotiques. Aujourd'hui, la définition du biscuit s'étend à tout petit gâteau sec, friable ou croquant à base de farine, de sucre, d'œufs et de matière grasse.

*Sulla Punta Della Lingua*

### *Fare il biscotto*

(« faire le biscuit ») : tricher, enfreindre un règlement pour son propre intérêt.

### *Mettersi in mare senza biscotti*

(« embarquer sans biscuits ») : être négligent, affronter une situation sans préparation ni moyens adéquats.



SAISON  
**TUTTO L'ANNO**

CATÉGORIE  
**DOLCI**

NIVEAU  
**FACILE**

# TIRAMISÙ

Cette crème des desserts fait l'unanimité à travers le monde.  
Elle possède aussi ses désaccords et ses variantes. Et si on les tirait au clair ?

MARIELLE GAUDRY

## On se bat pour le tiramisù

**Frioul-Vénétie Julienne** - Dans les années 1950, la patronne de l'hôtel-restaurant Albergo Roma (Tolmezzo), Norma Pielli, aimait servir un dessert revigorant aux promeneurs et montagnards de passage. Il aurait été baptisé *tireme su* en dialecte local (« remonte-moi »). Ce tiramisù serait capable de faire prendre, à double titre, de la hauteur.

**Vénétie** - Le restaurant Le Beccherie à Trévis revendique l'invention du tiramisù dans les années 1960. La patronne des lieux, Alba Campeol, aurait demandé à son cuisinier Roberto Linguanotto d'imaginer un dessert qui plaise autant aux petits qu'aux grands. La recette,

perfectionnée au fil des ans, n'est apparue sur le menu qu'en 1972.

**Si le label STG** (Spécialités traditionnelles garanties) réclamé en 2013 auprès de Bruxelles par le président de la province de Trévis n'est pas obtenu, sa demande fait l'effet d'une déclaration de guerre à ses voisins frioulans. En 2017, un décret du ministère de l'Agriculture italien vient trancher en faveur de la région Frioul-Vénétie Julienne. Le tiramisù est ajouté à la liste des PAT (*prodotti agroalimentari tradizionali*, « produits agroalimentaires traditionnels ») de la région.

### LES RÈGLES D'OR

#### QUELS BISCUITS ?

La recette traditionnelle se confectionne à partir de *savoiard*, des biscuits à la cuillère plus fermes. Les *pavesini*, plus fins et croquants, peuvent être une alternative. On évite les boudoirs, secs et étroits, qui s'imbibent trop rapidement.

#### UN MASCARPONE ARTISANAL SINON RIEN !

C'est une affaire de (bon) goût de crème et de texture. Bien frais, il fait toute la différence.

#### CRÈME OU PAS CRÈME ?

À vous de choisir ! Son ajout est controversé, car la texture du *mascarpone*, s'il est mélangé aux œufs dans les règles de l'art, est suffisamment crémeuse.

#### ALCOOL OU NON ?

Les recettes de Trévis et Tolmezzo, déclarées officielles, n'en contiennent pas, mais il est assez courant d'ajouter au café serré 1 cuillerée de *marsala* (vin de liqueur sicilien) ou d'*amaretto* (liqueur d'amandes amères lombarde).

#### BLANCS EN NEIGE OU NON ?

Monter les blancs en neige apporte de la légèreté à la crème.

#### QUEL CAFÉ ?

Il doit être corsé et se prépare à la minute, plutôt serré, sous forme d'*espresso* ou à la moka.

#### PLAT ROND OU RECTANGULAIRE ?

Plat rond à l'origine, mais le plat rectangulaire est devenu plus courant car plus pratique pour la découpe et le service.

## BON POUR LE CORPS ET L'ESPRIT

On dit de « tiramisù » qu'il est le deuxième mot italien le plus prononcé dans le monde ! Si on lui prête des vertus aphrodisiaques pour le folklore, il tient plutôt son nom de ses propriétés énergisantes, liées au café de sa recette, et de l'expression *tireme su* (en italien courant, *tirami su*), littéralement « remonte-moi le moral et le corps ».

## TIRAMISÙ WORLD CUP

Concours annuel organisé à Trévis depuis 2017

DEUX CATÉGORIES EN COMPÉTITION :  
la recette originale  
et la recette créative.

## LA RECETTE

par Norma Pielli, à Tolmezzo. Il s'agit de la première version du tiramisù, qui aurait été écrite dans les années 1950. Nous l'avons testée et approuvée dans ses proportions et son tour de main.

### POUR 6-8 PERSONNES

4 œufs entiers  
150 g de sucre (la recette d'origine en prévoit 300 g car les Italiens consommaient les desserts très sucrés dans les années 1950-1960)  
500 g de *mascarpone* artisanal  
500 g ou 26 à 30 *biscotti savoiard*  
300 cl de café moka ou *espresso*  
50 g de cacao amer en poudre

### Matériel

Un plat à gratin rectangulaire de 25 cm de long

Préparer le café et le laisser refroidir dans un plat creux. Séparer les jaunes des blancs de 3 œufs. Monter les blancs en neige à l'aide d'un batteur électrique. Casser l'œuf entier restant, ajouter les 3 jaunes, puis le sucre. Bien battre pour faire blanchir la préparation.

Y ajouter par étapes le *mascarpone*, en remuant très délicatement du bas vers le haut pour obtenir une crème lisse et onctueuse. Verser délicatement les blancs en neige en remuant doucement.

Tremper un à un les *savoiard* dans le café pour les imbiber légèrement, puis les disposer dans un plat à gratin, les uns à côté des autres, de façon à recouvrir tout le fond du plat. Verser dessus la moitié de la crème. Placer le plat au réfrigérateur pendant 45 minutes pour bien figer cette première couche.

Recommencer ensuite comme précédemment pour constituer la deuxième couche de *savoiard*, les recouvrir avec la crème restante et placer le tiramisù au réfrigérateur pendant au moins 6 heures.

Au moment de servir, saupoudrer le plat de cacao amer de façon à recouvrir toute la surface.

## Tiramisù Day

21 MARS

JOURNÉE OFFICIELLE  
INSTITUÉE DEPUIS 2017

### RICOCHETS

MASCARPONE P. 283 ;  
L'AUTRE TERRE PROMISE P. 328 ;  
BISCUITS P. 180.



# LA CUISINE MIGRANTE

Les Italiens ont émigré en Europe et en Amérique, les valises pleines de recettes qu'ils ont adaptées à la culture de leurs pays d'accueil. Il en résulte de drôles de métissages culinaires.

FRANCOIS-RÉGIS GAUDRY

## SPÉCIALITÉS D'EXPATRIÉS

Elles ont été inventées par des Italiens, mais la Botte les boude.

### SALADE CÉSAR

La fameuse salade à base de laitue romaine, de croûtons, de parmesan râpé et assaisonnée d'une sauce relevée d'ail et d'anchois.

*L'inventeur* : Cesare Gardini, originaire de la région du lac Majeur en Italie, chef d'un restaurant de Tijuana, au Mexique. Le 4 juillet 1924, il s'est inspiré d'une recette familiale pour sustenter à la hâte des clients venus nombreux ce jour-là.

### SAUCE CARUSO

Une sauce à base de crème, de champignons, de jambon haché, de noix concassées et de fromage râpé pour accompagner *tortellini*, *spaghetti*, *cappelletti*... Gros succès dans toute l'Amérique du Sud, mais pas en Italie !

*L'inventeur* : Raimondo Monti, propriétaire du restaurant Mario e Alberto à Montevideo (Uruguay). Il a créé cette préparation dans les années 1950 pour rendre hommage au célèbre chanteur napolitain Enrico Caruso.

### FETTUCINE ALFREDO

Des pâtes longues proches des *tagliatelle* accommodées d'une sauce riche et onctueuse à base de beurre et de parmesan râpé. Des versions à la crème, aux brocolis, aux petits pois ou au poulet parquent dans les restaurants italiens aux États-Unis.

*L'inventeur* : Alfredo Di Lelio, chef d'une *trattoria* à Rome. Il se serait inspiré en 1908 (ou 1914) d'une recette du grand cuisinier du xv<sup>e</sup> siècle *maestro* Martino. Aux États-Unis, la diaspora s'est emparée

dans les années 1920 de cette recette simple, comme un symbole de l'italianité.

### MUFFULETTA

Un sandwich de Louisiane copieusement garni de *salami*, de jambon, de *mortadella*, de fromage et d'une salade d'olives aux câpres et légumes marinés.

*L'inventeur* : Salvatore Lupo, un immigré sicilien à la tête de son épicerie Central Grocery à La Nouvelle-Orléans, a détourné la *muffuletta*, ce pain rond traditionnel de Sicile, en 1904. Succès immédiat.

### PASTA PRIMAVERA

Des *tagliatelle* aux légumes de printemps liés à la crème, au beurre et au fromage râpé.

*L'inventeur* : Sirio Maccioni, chef du restaurant Le Cirque à New York. Il aurait créé cette recette en 1975 dans la résidence d'été canadienne du baron italien Carlo Amato à Robert's Island, en Nouvelle-Écosse. Il l'a rapportée dans son restaurant de Manhattan et un article de 1977 dans le *New York Times* l'a rendue célèbre aux États-Unis.

## LES JUMELAGES ITALO-AMÉRICAINS

Quand des recettes italiennes s'acclimatent aux Amériques... au risque d'être dénaturées.

### BAGNA CAUDA

Les immigrés du Piémont ont implanté en Argentine la tradition de cette fondue d'anchois dans laquelle on trempe des légumes. L'ail y est présent en abondance, comme dans la version originelle, mais l'huile d'olive y est remplacée par de la crème. Tous les 20 juillet, les descendants de la diaspora célèbrent ce plat dans la commune de Humberto Primo, dans la province de Santa Fe.

### CHICKEN PARM

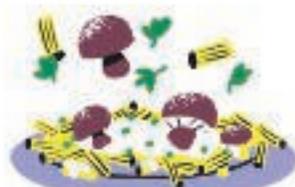
Diminutif du *chicken parmigiana*, soit des escalopes de poulet panées, gratinées avec sauce tomate et *mozzarella*. Un avatar carnivore de la *parmigiana di melanzane* (aubergines à la parmesane).

### CHICKEN SCARPARIELLO

Littéralement « poulet de cordonnier ». Morceaux de poulet sautés avec de la saucisse, des oignons, de l'ail, des poivrons, des pommes de terre et parfois du piment. On est loin de la *pasta alla scarpariello*, pâtes napolitaines aux tomates cerises, basilic et fromage râpé...

### CIOPPINO

Cette soupe de poissons tomatée débordant de crevettes, de moules, de crabes a été inventée par des immigrés génois à la fin du xix<sup>e</sup> siècle à Fisherman's Wharf, ancien quartier des pêcheurs à San Francisco. C'est une cousine (très) éloignée du *cioppin*, la soupe de poissons ligure.



### CLAMS CASINO

On trouve dans tous les restaurants italiens d'Amérique ces coquillages farcis de bacon, d'ail et de persil, puis grillés au four. Ils auraient été inventés dans les années 1900 à The Little Casino, une table italienne de Rhode Island.

### ITALIAN BEEF SANDWICH

Un pain de type baguette, richement garni de tranches de rosbif et de légumes sautés. Ce totem de la *street food* a été inventé dans les années 1930 chez Al's Beef à Chicago, toujours connu pour cette spécialité.

### LOBSTER FRA DIAVOLO

Littéralement « frère Diable », Fra Diavolo, Michele Pezza de son vrai nom, était un soldat et brigand italien. Mais c'est aussi le surnom d'un homard préparé avec une sauce tomate et très pimentée, puis servi avec des *spaghetti*. Cette spécialité aurait été inventée dans les années 1920 à Long Island.

### MEATBALLS SPAGHETTI

Quand les *polpette*, boulettes de viande traditionnelles d'Italie, rencontrent les *spaghetti* sous un torrent de sauce tomate... Ce qui serait une hérésie en Italie (où les *polpette* s'accompagnent rarement de pâtes) est devenu un plat iconique de la cuisine italo-américaine, probablement popularisé par la diaspora new-yorkaise au début du XX<sup>e</sup> siècle, quand la viande était très accessible et que les *spaghetti* demeuraient l'un des seuls formats de pâtes disponibles.

### MILANESA

Variante sud-américaine de la *co(s)toletta alla milanese*, développée par les immigrants italiens à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. En Argentine et en Uruguay, la *milanesa a la napolitana* est une version agrémentée de tomate, de *mozzarella* et parfois de jambon.

### PEPPERONI

Fusion de l'anglais *pepper* (« poivron ») et de l'italien *peperoni* (« poivrons »), le *pepperoni*

est un *salami* d'inspiration italienne, relevé de paprika et/ou de piment fort (*peperoncino* en italien). Ce cousin américain de la *salsiccia piccante* fanfaronne sur la *pizza new-yorkaise*.

### SHRIMP SCAMPI

*Shrimp* (« crevette » en anglais) et *scampi* (« langoustines » en italien). Des immigrants transalpins ont certainement appliqué aux crevettes une recette qu'ils pratiquaient avec des langoustines dans leur pays natal : pochées au vin blanc et sautées avec de l'huile d'olive (ou du beurre) et de l'ail.

## L'ITALIE FRANCISÉE

La France s'autorise quelques libertés pour réinterpréter la cuisine italienne.

### GLACE À L'ITALIENNE

Ce tortillon de glace enroulé sur un cornet est originaire des États-Unis (*soft serve*). Si cette réalité existe en Italie sous le nom de *gelato alla spina* (« glace à la pression »), elle est bien moins répandue que les glaces à la spatule. L'expression « glace italienne » s'explique certainement par le succès des machines à glaces de la société transalpine Carpigiani.

### GRATIN DE MACARONI

Cousin français du *mac and cheese* américain, ce plat de pâtes gratiné au four avec du jambon, de l'emmental râpé et de la crème fraîche est une madeleine de Proust pour de nombreux Français. Il est probablement l'héritier moderne et ménager de la timbale de *maccheroni* italienne, plat aristocratique très en vogue dans la cuisine française à partir de la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle.

### TOMATE-MOZZA

Quand la *mozzarella* s'est démocratisée en France dans les années 1990, est apparue sur tous les menus cette alternance de tranches de tomate et de *mozzarella* agrémentée de basilic. Jusque-là, on n'est pas loin de la salade *caprese*. Mais les Français ont une fâcheuse tendance à l'inonder de vinaigre balsamique...

### PANINI

Avatar du *panino* (sandwich italien), bizarrement décliné au pluriel pour désigner, à partir des années 1990, un pain industriel garni d'ingrédients plus ou moins italiens et toasté dans un gril à deux faces.

### SPAGHETTI BOLOGNAISES

Les Français l'appellent « bolo », les Britanniques « *spag bol* », mais à Bologne, on s'indigne doublement. *Primo*, cette sauce répond plutôt en Italie au nom de *ragù (bolognese)*. *Deuzio*, il ne viendrait à l'idée d'aucun Italien d'utiliser des *spaghetti*, peu adaptés à cette sauce à base de veau ou bœuf haché, tomates, vin blanc, oignons, carottes et céleri. En Italie, on leur préfère les *tagliatelle* fraîches aux œufs.

### TIELLE

Cette tourte de pain au bord cannelé garnie de poule et/ou de seiche mijotés dans une sauce tomate pimentée est une adaptation sétoise de la *tiella de Gaeta*, importée par les migrants de cette ville du Latium au XIX<sup>e</sup> siècle. Cette spécialité a décidément le goût du voyage : elle serait elle-même dérivée des *empanadas*, souvenirs de l'occupation espagnole entre le XVI<sup>e</sup> et le XVII<sup>e</sup> siècle.

### TRANCHE NAPOLITAINE

Un gâteau composé de trois couches de glaces aux parfums différents (le plus souvent : vanille, chocolat et fraise). C'est l'adaptation, en France mais aussi aux États-Unis (*neapolitan ice cream*) du *spumone*, une mousse glacée originaire de Salerne composée de trois parfums et fourrée d'amandes concassées, de fruits confits et de caramel.

### RICOCHETS

INSALATA CAPRESE P. 107 ; POLPETTE P. 27 ;  
PARMIGIANA ALLA MELANZANE P. 324.



# LÉONARD DE VINCI

## ET LA TABLE

Peintre, ingénieur, philosophe, écrivain... Ce grand homme florentin est entré dans la postérité grâce à un vaste corpus d'œuvres à la renommée internationale. On connaît moins son attrait, pourtant bien réel, pour les arts de la table.

LOÏC BIENASSIS

1452  
NAISSANCE À VINCI  
(Toscane)

1503-1506 ou 1513-1516  
CRÉATION DE LA JOCONDE  
(ou *Portrait de Mona Lisa*)

1515  
INVITATION DU ROI FRANÇOIS 1<sup>ER</sup>  
à s'installer en France

1519  
MORT À AMBOISE  
(Touraine)

### LISTES DE COURSES

À partir des années 1480 sans doute, Léonard a noirci des dizaines de carnets d'écriture en miroir (inversée et de droite à gauche). Seule une partie nous est parvenue. Pensées, réflexions, croquis, schémas, mais aussi des listes de courses : œufs, melons, mûres, raisins, champignons, farines, épices, sucre, vinaigre, vin... Des achats à vrai dire tout ce qu'il y a de plus banal pour lui et sa maison.

### Léonard était-il végétarien ?

#### QUELQUES INDICES PLAIDENT EN CE SENS :

→ Dans ses écrits, il évoque à différentes reprises la cruauté des hommes à l'égard des bêtes et les souffrances endurées par celles-ci.

→ Son biographe, Giorgio Vasari, rapporte que Léonard achetait des oiseaux en cage sur les marchés afin de les libérer.

→ Un contemporain, l'explorateur Andrea Corsali, qui ne connaissait certainement pas Léonard personnellement, a écrit dans une lettre : « Certains infidèles appelés *guzzarati* [hindous] ne se nourrissent pas de tout ce qui a du sang, ni ne permettent à quiconque de blesser une chose vivante, comme notre Leonardo da Vinci. »

Pour autant, aucun témoignage direct ne confirme que le grand peintre se refusait à consommer de la viande, et nous ne disposons d'aucun écrit de sa main prônant un régime non carné.

### FAUSSAIRES

En 1987, un couple d'auteurs anglais, Jonathan et Shelagh Routh, publiait *Leonardo da Vinci's Notes on Cookery*, un livre prétendument basé sur un manuscrit du grand homme retrouvé en Russie : le *Codex Romanoff*. Léonard y aurait consigné ses recettes, traité des manières de tables proposé divers ustensiles de cuisine et inventions. Une trouvaille trop belle pour être vraie puisqu'il s'agissait, hélas, d'un canular.

### Principes d'hygiène de vie selon Léonard

Si tu veux rester en bonne santé, suis ce régime :

Ne mange point sans en avoir l'envie,  
Et soupe légèrement ;  
Mâche bien, et que ce que tu accueilles en toi,  
Soit bien cuit et simple.

Qui prend médecine se fait du mal.  
Garde-toi de la colère et évite l'air alourdi ;  
Tiens-toi droit en sortant de table ;  
Ne cède pas au sommeil à midi.

Sois sobre pour le vin,  
Prends-en fréquemment en petite quantité,  
Mais pas en dehors des repas ni l'estomac vide,  
Ni ne retarde la visite aux lieux d'aisance ;  
Si tu fais de l'exercice, qu'il soit modéré.

Ne te couche pas à plat ventre ni la tête basse.  
Et couvre-toi bien la nuit ;  
Repose ta tête et tiens-toi l'esprit en joie ;  
Fuis la luxure et observe la diète.

Traduction donnée par Sandro Masci, dans  
*Léonard de Vinci et la cuisine de la Renaissance. Scénographies, inventions et recettes*, Rome, Gremese, 2006, p. 120.

### GRAND ORGANISATEUR DE BANQUETS

Léonard de Vinci a été le scénographe de nombreuses fêtes, comme à Milan, au service des Sforza (1482-1499). Il aurait même proposé au banquet de noces d'Isabelle d'Aragon et de Galeazzo Sforza un seul fromage en forme de gâteau nuptial, le *montebore*.

### Les astuces de Léonard

Ses carnets comportent quelques dispositifs en lien avec l'alimentation.

#### UN TOURNEBROCHE À POIDS

Un poids actionne un tambour muni d'une grande roue-volant, cette dernière fait tourner une roue dentée placée perpendiculairement, qui entraîne à son tour la rotation de deux autres roues dentées sur lesquelles sont fixées les broches. Au-dessus du dispositif, un frein aérodynamique régule la rotation des broches.

#### UN TOURNEBROCHE À FUMÉE

On a parfois prêté à Léonard l'invention de ce système, probablement à tort. Il est enclenché dans une roue horizontale placée dans le conduit de la cheminée et actionné par l'air chaud du foyer.

« Voici le véritable mode utilisé pour cuire les rôtis : en fonction de la température modeste ou forte du foyer, la pièce à rôtir tournera lentement ou rapidement. »

#### MAIS AUSSI...

Des dessins de machine à presser les olives, une autre à mouliner le grain et même une recette « d'eau de rose désaltérante et fraîche au sucre et citron, filtrés dans un linge ».

(*Codex Atlanticus*, fol. 482 r.)

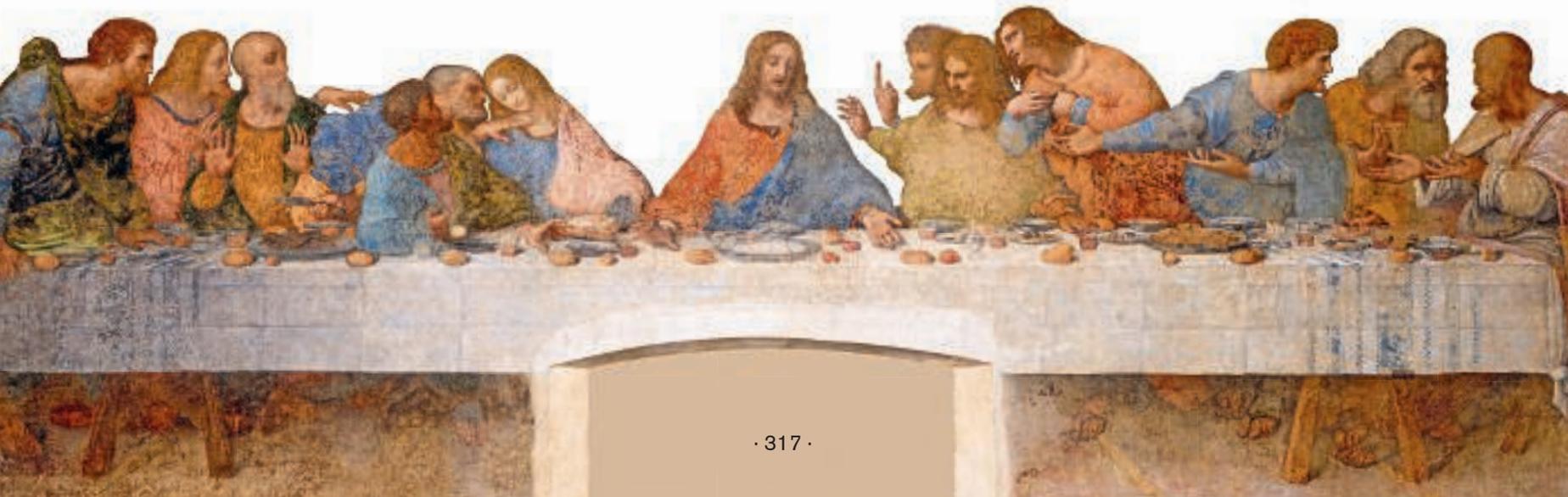
1495 · LA CÈNE · 1498

Sur cette célèbre fresque (réalisée pour le réfectoire de l'église de Santa Maria delle Grazie, à Milan), où l'on peine à distinguer certains détails, Léonard a choisi de ne pas mettre d'agneau (pascal) au menu, mais beaucoup de pain, des poissons et des grenades.

Plus remarquable, des anguilles grillées avec des quartiers d'orange sont également servies ; il s'agissait d'une association alors en vogue en Italie.

### RICOCCHETS

SACRO-SAINTE CUISINE P. 408 ; INVENTAIRE DES FROMAGES P. 262 ; MUSÉE IMAGINAIRE P. 82.



# POIS CHICHE LE ROI DU PAUVRE

Dans la grande famille des *legumi* (légumineuses), le pois chiche est un ingrédient de poids. Du *cibo di strada* (cuisine de rue) à la *cucina povera* (cuisine pauvre), on fait le tour d'Italie du *cece* !

STÉPHANE SOLIER

## QUI SUIS-JE ?

Le pois chiche, ou « pois bélier » (*Cicer arietinum*), a su forcer les frontières de son Anatolie natale pour transhumer dès l'Antiquité vers les Indes et les deux rives de la Méditerranée, trouvant sa Terre promise occidentale dans la péninsule italienne. Illustrations de ses conquêtes, du nord au sud de la Botte, de l'entrée au dessert...

<b>STREETFOOD</b>
<b>QUAND LE POIS CHICHE BAT LE PAVÉ</b>
<b>LES GALETTES DE FARINE DE POIS CHICHE CUITES AU FOUR</b>
<b>FARINATA</b> <i>Ligurie</i>
<b>CECINA / TORTA DI CECI</b> <i>Toscane</i>
<b>CECIATA</b> <i>Émilie-Romagne</i>
<b>FAINÉ</b> <i>Sardaigne</i>
<b>LES SANDWICHS</b>
<b>FOCACCETTA, FUGASSETA</b> Farcie de frites de panisse, <i>Savone</i>
<b>CINQUE E CINQUE</b> Fourré de <i>torta di ceci</i> , <i>Livourne</i>
<b>PANI E PANELLE</b> Garni de beignets de pois chiches, <i>Palerme</i>
<b>LES BEIGNETS SALÉS</b>
<b>CUCULLI</b> <i>Ligurie</i>
<b>PANELLE DI CECI</b> <i>Sicile</i>

## RECETTES



### POUR 4-6 PERSONNES

300 g de farine de pois chiche  
1 l d'eau tiède  
Huile d'olive  
Sel, poivre

### PANISSE

*Savone, Ligurie*

- Dans une casserole, ajouter progressivement l'eau tiède à la farine de pois chiches et mélanger au fouet pour éviter les grumeaux.
- Saler, mettre sur feu très doux en mélangeant à la manière d'une *polenta*.
- Atteindre la consistance un peu dense d'un yaourt (au bout d'environ 30 minutes).
- Lorsque le mélange commence à se détacher des parois, le verser dans un moule à cake (23 x 10 cm).

- Laisser refroidir 2 heures au réfrigérateur (ou, mieux, une nuit).
- Démouler la préparation, couper des tranches de 2-3 cm, débiter des bâtonnets, des cubes ou des losanges.
- Frire dans l'huile bien chaude.
- Égoutter sur du papier absorbant, saler, poivrer et servir très chaud.

👉 *Il Tocco Della Nonna*

Faire revenir les morceaux de panisse dans une poêle avec des petits oignons frais émincés, puis saler et poivrer (spécialité de La Spezia).



### POUR 4 PERSONNES

250 g de pois chiches secs  
180 g de pâtes sèches courtes en forme de petits tubes (*cannolicchiotti*, *ditalini rigati*...) ou *pasta mista* (mélange de pâtes courtes)  
3 gousses d'ail  
80 g de *pancetta* ou de lardons nature  
2 branches de romarin  
3 petits piments oiseau  
Huile d'olive  
Sel, poivre  
*Pecorino romano* (à défaut, parmesan)

### PASTA E CECI ALLA ROMANA SOUPE DE PÂTES ET POIS CHICHES

*Rome, Latium*

- La veille, mettre les pois chiches secs à tremper (avec une pincée de bicarbonate).
- Le lendemain, dans une grande casserole avec 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive, faire dorer les gousses d'ail épluchées, les piments entiers et la *pancetta* émincée en lardons.
- Y verser les pois chiches égouttés et le romarin, couvrir d'eau froide (2 l environ). Laisser frémir, sans couvrir, pendant au moins 2 h 30, le temps que les pois chiches deviennent tendres. Si besoin, ajouter un peu d'eau chaude (1 l).
- Saler, poivrer. Prélever  $\frac{1}{3}$  des pois chiches, les écraser au presse-purée ou avec une fourchette et réserver.
- Peu avant de servir, porter la soupe à ébullition (ajouter encore  $\frac{1}{2}$  l d'eau si besoin) et y cuire les pâtes.

- Un peu avant la fin de la cuisson, ajouter la purée de pois chiches et bien mélanger. Servir chaud, ajouter du *pecorino romano* râpé et un filet d'huile d'olive selon les goûts.

### Version rapide

- Utiliser une cocotte-minute et compter 45 minutes de cuisson.

👉 *Il Tocco Della Nonna*

Les grands-mères romaines font fondre 2 filets d'anchois au sel, rincés et effilés, dans l'huile d'olive, l'ail, le piment et la *pancetta* au début de la recette. La soupe s'en trouve « renforcée » sans pour autant avoir un goût de poisson. Magique !

- On peut aussi ajouter 1 cuillerée à soupe de concentré de tomate dans l'huile d'olive de départ.



*Sulla Punta  
Della Lingua*

**Avere/parlare con il cece in bocca**  
« Avoir un pois chiche dans la bouche »,  
bafouiller, buter sur les mots.

**È come cercare un cece in mare**  
« C'est comme chercher  
un pois chiche dans la mer »,  
une aiguille dans une botte de foin.

**A volte si perde la fava per cercare il cece**  
« Parfois on perd une fève  
pour chercher un pois chiche »,  
on ne gagne rien au change.



VOICI LE RESTAURANT IMAGINAIRE QUI RASSEMBLERAIT LES SPÉCIALITÉS « CHICHOPHILES » DU NORD AU SUD DE LA BOTTE.



## STUZZICHINI

*Amuse-gueule*

**CECI FRITTI AL TUFO.** Pouilles.  
Pois chiches frits dans le tuf (pour la Sainte-Lucie)



## BEVANDE CALDE

*Boisson chaude*

## CAFFÈ DI CECI

Café de pois chiches, à ne boire qu'en temps de pénurie ou de guerre !

## ANTIPASTO

*Hors-d'œuvre*

### PANIZZA, PANISSA, PANICCIA,

Ligurie et Piémont.

Bâtonnets de farine de pois chiche frits ou dorés au four (voir recette ci-contre). Aussi en *contorno* avec viandes et calamars

### CISRÀ,

Piémont.

### MINESTRA DI CECI E COSTINE,

Ligurie.  
Soupe de pois chiches, sauge, ail, couenne en lanières, côtes ou pieds de porc ou tripes

### CECI CON LA TEMPIA DI MAIALE,

Lombardie.  
Soupe de pois chiches, oreilles et tempes de porc, herbes aromatiques

### ZEMIN DI CECI,

Ligurie.

### CACCIUCCO DI CECI,

Toscane.  
Soupe de blettes, pois chiches, cèpes secs, sauge, tomates, fromage (avec ou sans anchois hachés)

### CECI E FARRO,

Ombrie.

Soupe de pois chiches et épeautre rissolés puis cuits en bouillon

### MACCU DI SAN GIUSEPPE,

Sicile.

« Bouillie de Saint-Joseph », soupe de fèves, pois chiches, haricots, pois, lentilles, bourrache, fenouil sauvage, tomates et oignons (et châtaignes sèches à Syracuse)

## PRIMI PIATTI

*Plats de pâtes*

### STRISCE E CECI,

Toscane.

### LAGANE E CECI,

Basilicate.

Soupe de pois chiches avec tomates, romarin, ail et rubans de pâtes fraîches (*tagliatelle*)

### PASTA E CECI ALLA ROMANA,

Latium.

Soupe de pois chiches, romarin et *cannolicchietti* (petites pâtes cylindriques)

### VIRTÙ,

Abruzzes.

Soupe de légumes, légumineuses (pois chiches), viande de porc, pâtes, herbes aromatiques (aneth) — 7 ingrédients en écho à 7 filles « vertueuses » légendaires

### CICERI E TRIA,

Pouilles.

Soupe de pâtes aux pois chiches : une partie des *tria* (sortes de *tagliatelle*) est bouillie dans la soupe, l'autre est frite (tradition arabe)

## SECONDI PIATTI

*Plats de viande ou poisson*

### TRIPPA CON I CECI,

Lombardie.

Soupe de tripes de veau et pois chiches avec parmesan (variante de la *buseca*)

### BACCALÀ CON I CECI,

Toscane et Campanie.

Morue en sauce tomate avec pois chiches

## CONTORNO

*Accompagnement*

### PUREA DI CECI,

toute l'Italie.

Purée de pois chiches (pour grillades, poissons ou fruits de mer)

### CUCULLI,

Ligurie.

Beignets de pois chiches (avec côtelettes d'agneau panées)

## DOLCI

*Desserts*

### PANIZZA, PANISSA, PANICCIA DOLCE,

Ligurie et Piémont.

Panisses recouvertes de sucre ou de confiture

### CALGIUNITTI, CALCIONETTI,

**CECI RIPIENI, CALZONI,** Abruzzes et Basilicate.

*Ravioli* (parfois frits) farcis de purée de pois chiches et, selon les cas, de moût de raisin et fruits confits ou cacao en poudre, zestes d'agrumes, amandes, miel ou purée de châtaignes, cannelle, liqueur

### CASSATELLE PALERMITANE,

Sicile.

*Ravioli* farcis de crème de pois chiches (avec ou sans crème de *ricotta*), sucre, cannelle, chocolat, courge confite (*zuccata*)

### CICIRATA,

Calabre.

*Ravioli* en demi-lune farcis de purée de pois chiches, miel, moût de raisin, liqueur, clou de girofle, cannelle, zeste de citron et dorés au beurre

### SU CIXIRAU,

Sardaigne.

Dessert de Noël à base de purée de pois chiches, pois chiches entiers, café, semoule, zeste d'orange et épices (coriandre, cannelle, noix de muscade, clou de girofle, anis)

### CUCULLI,

Ligurie.

Beignets de pois chiches sucrés avec des raisins secs (pour la Saint-Joseph)

### CECI ZUCCHERATI,

Abruzzes.

Pois chiches grillés et sucrés



## UN PETIT POIS D'HISTOIRE...

Une verrue en forme de pois chiche (*cicer*, en latin) sur le nez de l'un de ses ancêtres a valu son nom au célèbre homme d'État et écrivain romain Cicéron.

## [TCHÍTCHIRI] !

Cette prononciation correcte du sicilien *ciciri* (« pois chiches ») fut le sésame qui permit, lors du soulèvement des Vêpres siciliennes (1282), de démasquer et massacrer les occupants français en fuite, trahis par leur mauvaise prononciation [SISIRI] !



PASTA E LEGUMI P. 326 ;  
ZUPPE E MINESTRE P. 168 ;  
CUCCINA POVERA P. 5.