

AREA PRODOTTO

Vulture – Alto Bradano – Basento – Marmo Platano

ACERENZA	
Al Duomo Via Largo Glinni 13 0971/741402	Cavatelli all'Acheruntina ingredienti: pasta fresca cavata, cime di rape, patate, olio extravergine di oliva, peperoni dolci cruschi, aglio "Forse è la ricetta più antica della nostra regione perché fatta di ingredienti della nostra terra, quindi facilmente recuperabili nei campi della nostra regione".
Palazzo Gala Via Cons. Gala 12 0971/741163	Agnello Palazzo Gala ingredienti: agnello, uova, mollica di pane, sale ed erbe.
AVIGLIANO	
Da Tuccio Via Don Minzioni 0971/700311	Baccalà alla vigna ingredienti: baccalà, patate, peperoni, aromi naturali, olio extravergine.
La Tana dei Lupi Loc. Paola Doce 84 - Possidente - 0971/87109	Pizzichilli e cicerchie ingredienti: pizzichilli (pasta fatta a mano), cicerchie, aglio, olio, sale, costine di maiale (facoltativo) "Antico piatto contadino che si preparava nel periodo invernale, in quanto le cicerchie venivano cotte nella "pignata" di terracotta che non mancava mai accanto al focolare"
BANZI	

<p>La Capannina</p> <p>Via Cairoli 8</p> <p>0971/947526</p>	<p>Strascinati all'antica osteria</p> <p>ingredienti: strascinati, salsiccia fresca di maiale, funghi porcini, olio extravergine, pomodoro, cipolla, alloro</p> <p>"La ricetta è abbastanza antica. Ricalca fedelmente, ma con qualche accorgimento personale, delle antiche usanze contadine dell'800 in Alto Bradano. Nel periodo di raccolta nei boschi di funghi porcini, si abbinavano i funghi con la carne di maiale"</p>
<p>FILIANO</p>	
<p>Taverna di Posta</p> <p>Loc. Risieghie Filianesi – SS. 598</p> <p>0971/89411</p>	<p>Stringoli con funghi e salsiccia</p> <p>ingredienti: stringoli, funghi misti, salsiccia fresca, olio extravergine, pomodorini, aglio, sale.</p>
<p>MELFI</p>	
<p>Delle Rose</p> <p>Via V. Emanuele 29</p> <p>0972/21682</p>	<p>Strascinati con baccalà salsa di noci e mollica di pane</p> <p>ingredienti: baccalà, olive nere, cipolla, pomodoro pelato, noci tritate, mollica di pane raffermo, strascinati.</p>
<p>MURO LUCANO</p>	
<p>Hotel Delle Colline</p> <p>Via Belvedere</p> <p>0976/2284</p>	<p>Antipasto di bruschetta tartufata</p> <p>ingredienti: caciocavallo podalico, scamorza, olio extravergine del vulture, pane casereccio, funghi, tartufo, melanzane, vino della basilicata rosso, prosciutto, capocollo.</p> <p>"La ricetta utilizza il pane casereccio condito con tartufo ed olio extravergine; la scamorza ed il caciocavallo vengono arrostiti e cosparsi di tartufo, con la melanzana arrostita vengono abbinati i funghi sottolio, il prosciutto crudo ed il capocollo; vengono serviti insieme in modo da formare un unico piatto. Il tutto è accompagnato da vino rosso"</p>
<p>PIETRAGALLA</p>	

<p>Il Quadrifoglio</p> <p>Via Piano San Nicola</p> <p>0971/68307</p>	<p>Cicoria Ammaritata</p> <p>ingredienti: cicoria e verdure varie di Pietragalla, cacio ricotta, castrato del Bradano e rosso locale.</p> <p>Si lessano le cicorie ed altro, si prepara il castrato in pignatta, un sugo di pomodoro e salsa nostrana, il tutto va messo insieme e amalgamato con una spruzzata di cacio ricotta e una punta di peperoncino.</p>
<p>POTENZA</p>	
<p>C'era una volta</p> <p>C.da Gallitello</p> <p>0971/476648</p>	
<p></p>	
<p>Due Torri</p> <p>Via Due Torri 6</p> <p>0971/411661</p>	<p>Turbante di Melanzane di Rotonda e ricotta su crema di pomodoro</p> <p>ingredienti: melanzane di Rotonda, ricotta, caciocavallo, verdure per la presentazione, pomodoro e aromi vari.</p> <p>Uso e rivisitazione personale di prodotti semplici della nostra terra.</p>
<p></p>	
<p>Fuori Le Mura</p> <p>Via IV Novembre 34</p> <p>0971/25409</p>	<p>Strascinati alla contadina</p> <p>ingredienti: passata di pomodoro, prezzemolo, pancetta, cipolla, pecorino, olio extravergine, peperoni all'aceto, sale.</p> <p>Soffriggere la cipolla con la pancetta e peperoni, aggiungere il pomodoro e cuocere per circa due ore, una volta cotta la pasta amalgamare il tutto con pecorino e prezzemolo.</p>
<p></p>	
<p>Le Arcate</p> <p>C/da Malvaccaro, 11</p> <p>0971/51465</p>	
<p>RIONERO IN VULTURE</p>	

<p>La Pergola Via La Vista 27 0972/721179</p>	<p>"Triid e Tad r' zucchine" ingredienti: pasta fata in casa, pomodori, zucchine, peperoncino. Piatto tradizionale rionerese.</p>
<p>S. ANGELO LE FRATTE</p>	
<p>Trattoria degli Amici C.da Isca 125 0975/386037</p>	<p>Antipasto all'italiana e specialità della casa - lasagne al forno, fusilli, orecchiette, cavatelli e tagliatelle con pesce e verza - scaloppine ai funghi, arrosto misto (capretto, agnello, pollo, coniglio paesano) - vino locale.</p>
<p>VIETRI</p>	
<p>La Rua Nova Via S. Francesco 2 0971/718174</p>	<p>Baccalà con peperoni ingredienti: baccalà, olio extravergine, peperoni secchi, aglio, piccante.</p>

AREA PRODOTTO

Gallipoli Cognato – Val d'Agri - Pollino

ACCETTURA	
<p>Garden</p> <p>Via Bosco Montepiano</p> <p>0835/675417</p>	<p>La delizia del contadino</p> <ul style="list-style-type: none">- antipasto: salsiccia soppressata, provolone podalico, sottolio peperoni di Senise;- primo: fusilli, fiori di zucca e pecorino;- secondo: agnello arrosto, patate arraganate, pecorino con miele, crostata alle more; <p>Gli antipasti preparati con prodotti locali e tradizionali, il primo fatto con prodotti di stagione e facile produzione nell'antica civiltà contadina, come anche l'agnello e il pecorino, per finire il dolce con le more frutto di stagione.</p>
<p>Locanda Pezzolla</p> <p>Via Roma 21</p> <p>0835/675008</p>	<p>Festa</p> <ul style="list-style-type: none">- salsiccia soppressata, manteca, funghi carboncelli, melanzane.- Orecchiette, funghi carboncelli, scamorza, pecorino, vitello podalico.- Caciocavallo lucano, miele lucano, crostata, biscotti al "naspro" <p>Non si tratta di una ricetta ma di un intero pasto, il pasto della festa di maggio di S. Giuliano con unica variante del primo piatto che può essere sostituito con orecchiette al ragù accetturese con carni di agnello, salsiccia e "braciole" di "vaccina".</p>
ROTONDA	
<p>Da Peppe</p> <p>Corso Garibaldi</p> <p>0973/661251</p>	<p>Melanzana rossa di Rotonda ripiena di funghi porcini e fagioli poverelli bianchi di Rotonda</p> <p>ingredienti: melanzana rossa di Rotonda, funghi porcini, fagioli poverelli bianchi di Rotonda, mollica di pane, formaggio, uova, prezzemolo, olio, sale, pepe.</p>

SAN CHIRICO NUOVO	
<p>Il Rifugio</p> <p>C.da Bosco Guardiola</p> <p>338/2088948</p>	<p>Cavatelli con peperoni secchi e ricotta salata</p> <p>ingredienti: cavatealli, olio di oliva, peperoni secchi, ricotta stagionata salata.</p> <p>Piatto tradizionale dei contadini.</p>
SAN SEVERINO LUCANO	
<p>Bosco Magnano</p> <p>C.da Magnano</p> <p>0973/576472</p>	<p>Ravioli ai funghi porcini</p> <p>ingredienti: pasta casereccia, funghi porcini, olio extravergine, formaggio pecorino locale.</p>
<p>Torre Vecchia</p> <p>Via Mezzana Torre</p> <p>0973/570174</p>	<p>Pasta di casa con funghi o mollica</p> <p>ingredienti: pasta di casa, funghi, burro, olio, aglio, prezzemolo, sale – pasta di casa, mollica di pane, olio, origano, peperone e pomodoro</p> <p>- vecchia cucina del posto, anticamente gli ingredienti che erano facilmente reperibili erano proprio farina per la pasta, peperoni, origano e funghi.</p>

AREA PRODOTTO

Maratea – Sirino

MARATEA	
<p>Il Plutone Via S. Caterina 47 0973/870028</p>	<p>Cavatelli in salsa verde con formaggi lucani e gocce di peperone rosso di Senise</p> <p>ingredienti: cavatelli caserecci, bietole di campo, formaggio di Moliterno caciocavallo, olio di oliva extravergine, brodo vegetale, passata di peperone rosso, sale e pepe</p> <p>- la ricetta esalta il connubio dei sapori ed ingredienti da sempre presente sulla tavola dei lucani con l'utilizzo delle farine nostrane, delle bietole di campo, al formaggio tipico di Moliterno e il tocco finale del peperone di Senise.</p>
<p>Taverna Rovita Via Rovita, 13 0973/876588</p>	<p>Lagana "pezzente" al caciocavallo Podalico</p> <p>ingredienti: aglio, olio extravergine, salsiccia "pezzente", cubetti di caciocavallo Podolico, pecorino di Filiano, pacchetto di fagioli di Sarconi</p> <p>- la tradizione culinaria lucana tra gli ingredienti che hanno sempre caratterizzato il carattere contadino, essenziale nella preparazione di piatti tipici sono stati i primi associati specie... salumi, al formaggio, ai legumi.....</p>
NEMOLI	
<p>Da Mimì C.da Lago Sirino 0973/40586</p>	<p>Panzarotti alla contadina</p> <p>ingredienti: sfoglia di pasta con farina di grano duro, ricotta, cacioricotta, funghi porcini, castagne, mela giall, zucca, fior di zucca, pane, capicollo, cipolla, olio extravergine , peperone di Senise, sale, pepe e aromi naturali</p> <p>- questo piatto è stato invento per l'occasione, non appartiene alla tradizione culinaria lucana, ma è evidente che l'attenzione è rivolta a tutti quei prodotti che rappresento il mercato agroalimentare tipico lucano, inoltre la preparazione ed il trattamento di tutti gli ingredienti esaltano l'arte culinaria lucana tradizionale e l'evoluzione che ha avuta negli anni.</p>

AREA PRODOTTO

Matera – Collina Materna

FERRANDINA	
<p>L'Orchidea</p> <p>C.da Costa dell'Abate</p> <p>0835/556531</p>	<p>Cavatelli salsiccia e funghi</p> <p>Ingredienti: cavatelli, funghi, salsiccia, aglio, olio di oliva maiatica, rucola selvatica, polvere di peperoni essiccati al sole di Senise o paesani, pecorino grattugiato.</p> <p>- Antica ricetta che si consumava nelle masserie di Ferrandina quando per le 'paranze di mietitori e contadini' la permanenza era nelle masserie e i prodotti venivano coltivati e conservati nelle dispense delle campagne stesse.</p>
MATERA	
<p>Don Matteo</p> <p>Via S. Biagio 12</p> <p>0835/344145</p>	<p>Ricotta alla stazzona con crema – dolce di cicerchie e cannellini di Sarconi su torroncino di lampascioni.</p> <p>ingredienti: ricotta di pecora, miele di tiglio, cordial caffè lucano, legumi di Sarconi, lampascioni spontanei selvatici, olio extravergine maiatica.</p> <p>Antichissimo (dessert) - dolce in uso nei palazzi baronali nella zona di San Mauro Forte, utilizzando prodotti di semplicità contadina disponibili tutto l'anno. Si usava offrirlo agli ospiti a fine pranzo con rosolio casereccio di caffè e cioccolato.</p>
<p>Il Cantuccio</p> <p>Via delle Beccherie</p> <p>0835/332090</p>	<p>Cavatelli al Frantoio</p> <p>ingredienti: cavatelli freschi, olive lucane, basilico, aglio, pomodorini, olio extravergine delle colline materane, pecorino di Filiano.</p>

<p>Il Rugantino</p> <p>Via Cosenza 13</p> <p>0835/388352</p>	<p>Taglierini con cicerchie</p> <p>ingredienti: taglierini, cicerchie, pomodorini, cipolla novella, peperoncino, olio extravergine, mollica di pane.</p> <p>Piatto tradizionale, povero di ingredienti, ma ricco di storia, veniva consumato dai contadini perché aveva qualità molto nutrienti, abbiamo voluto usare questi legumi "cicerchie" perché non trovano più utilizzo nella nostra cucina quotidiana.</p>
<p>Il Terrazzino</p> <p>Vico S. Giuseppe 7</p> <p>0835/334119</p>	<p>"La ciallè-dd"</p> <p>ingredienti: pane raffermo, olio, olive, sale, uova, verdure e pomodoro.</p> <p>La ciallè-dd era un piatto unico della famiglia materna quando si usava mangiare nello stesso piatto</p> <p>"Pignata"</p> <p>ingredienti: agnello, patate, cipolla, pomodoro, sedano.</p> <p>Pignata: un secondo piatto veniva mangiato in occasione di festa.</p>
<p>La Cantina della Bruna</p> <p>Via Spartivento</p> <p>0835/335010</p>	<p>Tagliolini della Bruna</p> <p>ingredienti: olio extravergine, pancetta, ceci, funghi e tagliolini</p> <p>- funghi, ceci e pancetta sono della nostra terra componenti importanti di cui la popolazione lucana si è cibata da antica data.</p>
<p>Le Botteghe</p> <p>Piazza S. Pietro Barisano 22</p> <p>0835/344072</p>	<p>Fusilli pane e crusco</p> <p>ingredienti: fusilli, mollica di pane, peperone crusco, olio extravergine di maiatica</p> <p>- si tratta di un piatto semplice e veloce che utilizza ingredienti "poveri" e di facile reperimento nella nostra regione.</p>

<p>Lucanerie</p> <p>Via S. Stefano</p> <p>0835/332133</p>	<p>Rasciacatielli con funghi, salsiccia, mollica di pane e pecorino di Moliterno</p> <p>ingredienti: funghi cardoncelli, salsiccia con finocchietto selvatico, pecorino di Moliterno, prezzemolo, mollica fritta e peperone di Senise</p> <p>- pasta fatta in casa, salsiccia tagliata a punta di coltello, mollica di pane fatto in casa, rispecchiano perfettamente la nostra tradizione e il legame con il territorio lucano.</p>
<p>Oi Mari</p> <p>Via Fiorentini 66 (Rione Sassi)</p> <p>0835/346121</p>	<p>Manteca della Fortuna</p> <p>ingredienti: manteca lucana, fusilli ricci fatti a mano, albicocca metapontina, capocollo di Tricarico, miele lucano di taglio</p> <p>- la ricetta è il risultato di una ricerca di prodotti tipici tradizionali, combinati fra di loro in modo innovativo ed originale.</p>
<p>Trattoria Del Corso</p> <p>Via La Vista 1</p> <p>0835/332892</p>	<p>Crapiata</p> <p>ingredienti: grano, ceci, cicerchie, fave, fagioli, olio di oliva extravergine, pane di Matera, acqua e sale.</p> <p>La Crapiata nasce nell'antica città dei Sassi quando i contadini facevano la raccolta del grano e i legumi, quel che restava dell'anno precedente, li cucinavano tutti insieme il 1° agosto, tradizione che ancora oggi esiste.</p>
<p>Trattoria Lucana</p> <p>Via Lucana 48</p> <p>0835/336117</p>	<p>Fettuccine alla campagnola</p> <p>ingredienti: pasta fresca, purè di fave, funghi carboncelli.</p>
<p>Vecchia Matera</p> <p>Via Vicolo Bardi</p> <p>0835/336910</p>	<p>Fusilli al pesto lucano</p> <p>ingredienti: fusilli, olio extravergine delle colline materane, rucola mandorle.</p>

MONTESCAGLIOSO	
<p>La Dolce Vita Via Belvedere 0835/201032</p>	<p>Userò solo ed esclusivamente prodotti tipici lucani.</p>
STIGLIANO	
<p>Mariano Via Principe di Napoli 65 0835/561196</p>	<p>Locurda maritata ingredienti: cipolle, peperoni, pomodori, olio, aglio, uova E' una ricetta proveniente dall'antica tradizione contadina lucana, si tratta di un piatto povero arricchito di uova e usato nelle occasioni speciali.</p>

AREA PRODOTTO

Metapontino

PISTICCI	
<p>L'incontro</p> <p>Via Risorgimento (Rione Dirupo)</p> <p>0835/582467</p>	<p>Gustare paesano</p> <p>Salumi lucani, formaggi e latticini, prodotti da forno, prodotti ortofrutticoli vari; primi piatti a base di fusilli e strascinati lagane e orecchiette al pomodoro, con mollica e con legumi; agnello al forno con patate, baccalà in umido, sbriciolata di salsiccia con verdure stufate.</p>
ROTONDELLA	
<p>Al Casone</p> <p>Via Aspromonte 1</p> <p>0835/504073</p>	<p>Frizzulata</p> <p>ingredienti: farina, acqua e sale</p> <p>Primo piatto: frizzuli del casone. Questo piatto è tipico della tradizione rotondellese per il suo sapore che offre. È condito con ragù di carne con sopra mollica di pane soffritto in olio di oliva e peperone rosso secco.</p>
<p>La Mangiatoia</p> <p>Via Giotto, 23</p> <p>0835/504440</p>	<p>- Pastizz' (calzoni di pasta non lievitata, tipo frolla, farciti con carne)</p> <p>- Falaon' (stesso impasto con farcitura vegetariana e peperoni di Senise)</p> <p>ingredienti: farina di semola, olio extravergine, uova, strutto, carne, sale, pepe e prezzemolo</p> <p>E' la ricetta più tipica della cucina rotondellese, al punto che una vecchia canzone popolare, che associava ad ogni paese della zona una propria peculiarità, dice " I pastizzari Rotondellesi".</p>
SCANZANO IONICO	
<p>Antichi Sapori Lucani</p> <p>Via G. Novello 34</p> <p>0835/954644</p>	<p>Frizzuli con mollica</p> <p>ingredienti: frizzuli - farina di grando duro e acqua, mollica- pane tostato. Piatto più antico della Lucania, considerando che la mollica era il formaggio dei poveri.</p> <p>Lagane e fagioli di Sarconi</p> <p>ingredienti: lagane - farina di grano duro e acqua, fagioli di Sarconi. Le lagane parlano da sole come i fagioli di Sarconi.</p>

