

ABRUZZO *tasting* STORIES



**Il vino racconta il territorio.
La cucina lo rende memorabile.**

PERCORSO DIGITALE



**Questo non è un *menù*.
È un *percorso*.
Ogni assaggio nasce da
una *terra* precisa, da una
filiera riconoscibile,
da *mani* che lavorano.
Scansionare significa
entrare dentro.
Non solo capire cosa stai
mangiando, ma da dove
viene. E perché *esiste*.**





LE FILIERE AGROALIMENTARI *abruzzesi*

Dove il prodotto diventa territorio

In Abruzzo il cibo non è mai solo cibo. È il risultato di una relazione continua tra:

- Paesaggio (mare, collina, montagna)
- Pratiche agricole tramandate nel tempo
- Micro-produzioni locali
- Stagionalità reale

BIODIVERSITÀ AGRICOLA *abruzzese*

L'Abruzzo è una delle regioni italiane con la più alta biodiversità agricola

Non per caso. Per scelta.

Territori complessi, altitudini diverse e isolamento storico hanno conservato varietà che altrove sono scomparse.

Qui sopravvivono – e tornano a vivere:

- Lenticchia di Santo Stefano di Sessanio
- Zafferano dell'Aquila DOP
- Suino Nero d'Abruzzo
- Grano antico di Solina
- Peperone dolce di Altino
- Cipolla bianca piatta di Fara Filiorum Petri
- Fagiolo Tondino del Tavo
- Carciofo Mazzaferrata di Cupello
- Tartufo d'Abruzzo

Non è solo tradizione, è innovazione che parte dalla memoria.

CULTURA GASTRONOMICA *è*

Gesto quotidiano, identità collettiva

La cucina abruzzese nasce dall'incontro di tre matrici:

- **Pastorale** → carne, transumanza, formaggi
- **Contadina** → legumi, pane, ortaggi
- **Marinara** → pesce, essenzialità, immediatezza

È una cucina che non spreca. Utilizza tutto. Trasforma la necessità in cultura.
I piatti non sono semplici ricette. Sono soluzioni intelligenti a condizioni reali.



LA STORIA *dei* PRODOTTI



lenticchia di **Santo Stefano di Sessanio**

La montagna che nutre

Territorio: Altopiano del Gran Sasso (AQ), tra Santo Stefano di Sessanio, Calascio, Barisciano, Castel del Monte e Castelvevchio Calvisio (1150–1600 m)

Il prodotto: Piccola, scura, saporita. Non necessita di ammollo e mantiene perfettamente la cottura.

La storia: Coltivata da secoli in condizioni estreme. Per lungo tempo è stata considerata “la carne dei poveri”.

La particolarità: Coltivazione naturale, senza trattamenti chimici.

Il significato oggi: Non è più sopravvivenza, ma scelta consapevole.

Coltivarla significa mantenere vivi territori fragili.

Abbinamento vino: Montepulciano d’Abruzzo



zafferano **dell’Aquila DOP**

La spezia che ha costruito una città

Territorio: Altopiano di Navelli e area aquilana

Il prodotto: Spezia tra le più pregiate al mondo. Servono circa 200.000 fiori per ottenere 1 kg.

La storia: Dal XIII secolo protagonista del commercio europeo.

La particolarità: Pianta che si riproduce per clonazione, invariata da secoli.

Il significato oggi: Simbolo di continuità produttiva e culturale.

Abbinamento vino: Trebbiano d’Abruzzo



suino nero **d'Abruzzo**

L'animale che racconta la terra

Territorio: Aree interne appenniniche

Il prodotto: Carne sapida e marezzata da allevamento semi-brado

La storia: Legato alla transumanza, poi quasi scomparso

La particolarità: Crescita lenta e allevamento all'aperto

Il significato oggi: Simbolo della biodiversità recuperata

Abbinamento vino: Cerasuolo d'Abruzzo



grano **di solina**

Il grano che ha nutrito generazioni

Territorio: Aree montane dell'Abruzzo interno

Il prodotto: Grano antico resistente e rustico

La storia: Base dell'alimentazione per secoli

La particolarità: Adatto all'agricoltura sostenibile

Il significato oggi: Ritorno a un modello agricolo coerente

Abbinamento vino: Trebbiano d'Abruzzo



peperone dolce **di Altino**

Il colore della tradizione

Territorio: Valle del Sangro (CH)

Il prodotto: Peperone dolce essiccato e macinato

La storia: Presente già nel XVIII secolo

La particolarità: Frutto rivolto verso l'alto, "a cocce capammonte"

Il significato oggi: Ingrediente identitario della cucina abruzzese

Abbinamento vino: Cerasuolo d'Abruzzo



cipolla bianca *piatta* **di Fara** **Filiorum Petri**

L'identità che resiste

Territorio: Fara Filiorum Petri (CH)

Il prodotto: Cipolla dolce, piatta e altamente digeribile

La storia: Coltivata dal Medioevo, recuperata recentemente

La particolarità: Presidio Slow Food

Il significato oggi: Esempio di recupero identitario

Abbinamento vino: Trebbiano d'Abruzzo



fagiolo tondino **del Tavo**

La semplicità che funziona

Territorio: Vallata del Tavo (PE)

Il prodotto: Fagiolo piccolo, bianco, delicato

La storia: coltivato in ambito familiare e legato all'agricoltura di sussistenza, oggi è riscoperto e valorizzato come prodotto locale.

La particolarità: Non replicabile fuori dal territorio

Il significato oggi: Espressione pura del legame terra-prodotto

Abbinamento vino: Montepulciano d'Abruzzo



carciofo *mazzaferrata* **di Cupello**

Dalla tradizione al sistema

Territorio: Area vastese (CH)

Il prodotto: Carciofo tenero e senza spine

La storia: Produzione organizzata dagli anni '60

La particolarità: Filiera strutturata

Il significato oggi: Esempio di economia agricola locale

Abbinamento vino: Trebbiano d'Abruzzo / Pecorino



tartufo **d'Abruzzo**

Il lusso invisibile della terra

Territorio: Aree collinari e montane abruzzesi

Il prodotto: Fungo ipogeo aromatico

La storia: raccolta antica tramandata nel tempo, più conoscenza del territorio che coltivazione.

La particolarità: Non si coltiva, si cerca

Il significato oggi: Equilibrio tra uomo e natura

Abbinamento vino: Montepulciano d'Abruzzo / Trebbiano d'Abruzzo

LE RICETTE: *il territorio* NEL PIATTO



1 giorno Venerdì 10 aprile Abruzzo rurale

Biodiversità e territorio

La giornata è dedicata alla biodiversità agraria abruzzese.
Prodotti identitari, varietà antiche, filiere locali.



pallotta cacio e ova con crema di pecorino

Piatto della tradizione contadina abruzzese, nato come alternativa alla carne.
Pane raffermo, uova e formaggio: prodotti semplici trasformati in identità.

Ingredienti identitari: Pane di “credenza”, uova, pecorino grattugiato, prezzemolo, olio extravergine d’oliva, crema di pecorino.

Preparazione: Il pane viene ammollato e lavorato con uova, pecorino e aromi fino a ottenere un impasto compatto. Si formano piccole pallotte, poi fritte o rosolate e servite con una crema morbida di pecorino



crostino con crema di peperone dolce di Altino

Il peperone dolce essiccato del Sangro diventa polvere, condimento, memoria.
Un gesto antico che attraversa generazioni.

Ingredienti identitari: Pane tostato, peperone dolce di Altino essiccato, olio extravergine d’oliva, aglio, eventuale ricotta o base cremosa.

Preparazione: Il peperone essiccato viene tostato o ammorbidito e trasformato in crema con olio e altri ingredienti di supporto.

La crema viene poi spalmata sul crostino, lasciando al peperone il ruolo centrale del racconto gustativo.



mini burger di *suino nero d'Abruzzo* su pane di solina

Due simboli della biodiversità: una razza recuperata e un grano antico. Montagna, allevamento e agricoltura che tornano a dialogare.

Ingredienti identitari: Carne di Suino Nero d'Abruzzo, pane di Solina, olio extravergine d'oliva, erbe aromatiche, sale, pepe.

Preparazione: La carne viene lavorata in piccoli burger, condita in modo essenziale e cotta per preservarne sapore e succosità.

Viene servita in mini panini realizzati con farina di Solina, per un assaggio che unisce allevamento e cerealicoltura di montagna.



***polpettina di agnello* abruzzese con erbe aromatiche**

Richiamo diretto alla cultura pastorale. L'agnello è uno degli elementi fondativi della cucina abruzzese.

Ingredienti identitari: Carne di agnello abruzzese, pane, uova, pecorino di Atri, rosmarino, prezzemolo, olio extravergine d'oliva.

Preparazione: La carne viene tritata e unita a pane, uovo e aromi. Si formano piccole polpette, cotte in forno o in padella, con un profilo aromatico che richiama pascoli e cucina di famiglia.



***crema di fagiolo tondino del Tavo* con olio evo abruzzese**

Legume coltivato su terreni difficili, essenziale e autentico.

La semplicità che diventa valore.

Ingredienti identitari: Fagiolo Tondino del Tavo, olio extravergine d'oliva abruzzese, aglio, rosmarino o alloro, sale.

Preparazione: I fagioli vengono lessati lentamente fino a diventare morbidi. Frullati o schiacciati, diventano una crema liscia e delicata, completata da un filo d'olio EVO che ne esalta la naturale dolcezza.



***mini bocconotto* abruzzese**

Dolce tradizionale della memoria familiare. Ogni territorio ha la sua versione, ma la funzione è sempre la stessa: chiudere, accogliere, ricordare.

Ingredienti identitari: Pasta frolla, mandorle, cioccolato, confettura di uva e cacao, zucchero, uova.

Preparazione: Una base di frolla accoglie un ripieno ricco e profumato, spesso a base di mandorle e cacao. La cottura dà forma a un piccolo dolce da festa, compatto e identitario.

2 *giorno* Sabato 11 aprile

Tradizione abruzzese

I sapori delle radici

La giornata è dedicata alla cucina identitaria. Piatti che nascono da necessità e diventano cultura.

mini pallotta cacio e ova

Icona della cucina abruzzese. La dimostrazione che la cucina nasce dalla mancanza, non dall'abbondanza.

Ingredienti identitari: Pane raffermo, uova, pecorino abruzzese, prezzemolo, salsa di pomodoro, olio extravergine d'oliva.

Preparazione: L'impasto di pane, uova e formaggio viene modellato in piccole pallotte. Dopo una breve frittura, vengono ripassate nel pomodoro, secondo la versione più classica della tradizione.

crostino con ricotta di pecora e miele d'Abruzzo

Il contrasto dolce-sapido racconta la cultura pastorale. Latte e miele: due espressioni dello stesso paesaggio.

Ingredienti identitari: Pane, ricotta di pecora, miele d'Abruzzo, pepe o erbe aromatiche.

Preparazione: Il pane viene tostato leggermente per mantenere croccantezza. La ricotta viene adagiata in purezza e completata con una finitura di miele, creando un equilibrio diretto e leggibile.

polentina croccante con ventricina del vastese

La ventricina è uno dei salumi più identitari della costa sud abruzzese. Spezie, carne e tempo.

Ingredienti identitari: Farina di mais, ventricina del Vastese, olio extravergine d'oliva.

Preparazione: La polenta viene cotta, fatta raffreddare e poi tagliata in piccole porzioni da rendere croccanti. Sopra viene adagiata la ventricina, così da unire morbidezza, speziatura e struttura.

tartelletta con pecorino e tartufo d'Abruzzo

Il tartufo introduce il tema della biodiversità spontanea. Il bosco entra nel piatto.

Ingredienti identitari: Base di tartelletta salata, pecorino, tartufo d'Abruzzo, burro o crema leggera, pepe.

Preparazione: La base viene farcita con una crema o fonduta delicata di pecorino. Il tartufo viene aggiunto in lamelle o grattugiato al momento, per preservarne il profumo.

2 giorno Sabato 11 aprile
Tradizione abruzzese



zuppetta di lenticchia di **Santo Stefano di Sessanio**

Legume di montagna, essenziale e nutriente. Per secoli base dell'alimentazione delle aree interne.

Ingredienti identitari: Lenticchia di Santo Stefano di Sessanio, sedano, carota, cipolla, olio extravergine d'oliva, erbe aromatiche.

Preparazione: Le lenticchie vengono cotte lentamente con un fondo semplice di ortaggi e aromi. La preparazione resta essenziale, per rispettare la qualità del legume e la sua tenuta naturale.



mini Parrozzo **abruzzese**

Dolce simbolo dell'Abruzzo moderno. Nasce a Pescara, ma diventa identità regionale.

Ingredienti identitari: Semolino o farina di mais fine, mandorle, zucchero, uova, cioccolato fondente.

Preparazione: L'impasto ricco di uova e mandorle viene cotto in piccole forme semisferiche. Una volta raffreddato, viene ricoperto di cioccolato, diventando uno dei dolci più riconoscibili della regione.

3 giorno Domenica 12 aprile **Abruzzo contemporaneo**

L'eredità che evolve

La giornata mette insieme tradizione e reinterpretazione.

Il passato diventa linguaggio contemporaneo.



tartelletta con crema *di pecorino* **e zafferano** **dell'Aquila DOP**

Lo zafferano non è solo spezia. È storia economica, culturale e commerciale dell'Aquila.

Ingredienti identitari: Base di tartelletta salata, pecorino, panna o crema leggera, Zafferano dell'Aquila DOP.

Preparazione: Il pecorino viene lavorato in crema morbida, profumata con zafferano. La tartelletta diventa così un piccolo contenitore di intensità, eleganza e riconoscibilità territoriale.



gnocchetto di pane di **solina con crema di** **lenticchia**

Due prodotti delle aree interne che si incontrano. Agricoltura di montagna, resiliente e identitaria.

Ingredienti identitari: Pane o farina di Solina, lenticchia di Santo Stefano di Sessanio, olio extravergine d'oliva, brodo vegetale.

Preparazione: Dalla Solina si ottiene una piccola base o gnocchetto morbido. La lenticchia viene trasformata in crema vellutata, così da costruire un assaggio essenziale ma molto identitario.

3 giorno Domenica 13 aprile
Tradizione abruzzese



mini pallotta con **riduzione di pomodoro arrosto**

Rilettura contemporanea di un piatto tradizionale. Tecnica moderna, radice antica.

Ingredienti identitari: Pane raffermo, uova, pecorino d'Abruzzo, pomodoro arrosto, olio extravergine d'oliva.

Preparazione: La pallotta viene preparata con la ricetta tradizionale, ma servita con una riduzione di pomodoro arrosto più intensa e concentrata. Il risultato è più asciutto, essenziale e contemporaneo.



crostino con ricotta e **marmellata di peperone dolce di Altino**

Il peperone attraversa anche il dolce. Versatilità come segno di identità.

Ingredienti identitari: Pane, ricotta, marmellata o composta di peperone dolce di Altino.

Preparazione: Il peperone viene lavorato in una composta dal profilo dolce e aromatico. Accostato alla ricotta su base croccante, crea un assaggio che unisce tradizione e sorpresa.



polentina croccante **con** **pecorino d'Abruzzo**

Cucina povera, ingredienti essenziali. Il valore è nella materia.

Ingredienti identitari: Farina di mais, pecorino d'Abruzzo, olio extravergine d'oliva.

Preparazione: La polenta viene cotta e lasciata rassodare. Tagliata in piccole porzioni, viene resa croccante e completata con pecorino, in forma grattugiata o cremosa.



celletto ripieno di **marmellata d'uva**

Dolce della tradizione contadina abruzzese, legato ai tempi della vendemmia e alla trasformazione domestica dell'uva. Un impasto semplice che racchiude un ripieno intenso, espressione autentica della cucina di casa.

Ingredienti identitari: Pasta tradizionale (tipo frolla o sfoglia), marmellata d'uva (scrucchiata), uova, zucchero

Preparazione: La pasta viene stesa, farcita con marmellata d'uva e richiusa in piccole forme. La cottura in forno restituisce un dolce friabile all'esterno e morbido all'interno, dal gusto pieno e riconoscibile.

IL METODO *del progetto*



UN RACCONTO DEL TERRITORIO COSTRUITO *con criteri di responsabilità*

Abruzzo Tasting Stories non propone soltanto una degustazione. Propone un modo di raccontare il territorio che tiene insieme identità, filiera e sostenibilità. Il progetto è costruito secondo tre principi:

Ambientale

Il progetto è pensato per ridurre l'impatto ambientale dell'esperienza, mantenendo coerenza tra racconto e realizzazione.

- Attenzione alla filiera corta e alla provenienza dei prodotti
- Progettazione calibrata delle quantità per la riduzione degli sprechi
- Valorizzazione dell'intero prodotto, evitando scarti inutili
- Utilizzo di materiali monouso in carta, legno o compostabili
- Eliminazione della plastica non necessaria nelle fasi di servizio

Ogni scelta operativa è orientata a garantire coerenza tra ciò che viene raccontato e ciò che viene concretamente realizzato.

**La sostenibilità non è un elemento aggiunto.
È il criterio con cui il progetto è stato costruito.**

Sociale

Il progetto valorizza il ruolo delle comunità locali e dei saperi tradizionali.

- Coinvolgimento di produttori e filiere del territorio
- Riconoscimento del lavoro agricolo e artigianale
- Trasmissione di pratiche e conoscenze legate alla cultura gastronomica
- Rafforzamento del legame tra prodotto, territorio e comunità

Il cibo diventa così uno strumento di relazione, identità e continuità culturale.

Governance

Il progetto è costruito su un sistema chiaro, leggibile e tracciabile.

- Trasparenza dei contenuti e delle scelte progettuali
- Collegamento tra ricette, prodotti identitari e territori
- Sistema digitale accessibile tramite QR code
- Coerenza tra narrazione, esperienza e filiera

Ogni elemento è progettato per rendere visibile il valore del territorio e delle sue produzioni.

In questo progetto il cibo non è solo servizio.
È contenuto, relazione e responsabilità.



Ideazione del progetto: **SCHUNCK – The Coat Cousine**
Partner del progetto: **DeGusto Eventi**
Grafica: **Mediaplus**

PERCORSO DIGITALE

ABRUZZO *tasting* STORIES



made in nature, made in Italy

REGIONE
ABRUZZO



ASSESSORATO
ALL'AGRICOLTURA