



Por Silvia Percussi  
Fotos: Tadeu Brunelli

# Gastronomia

## Uma cozinha antiga

**A** Basilicata também é conhecida como Lucânia, nome que lhe foi conferido em memória da população que ali residia, os lucanos. É uma região que reúne em si todas as características típicas do sul da Itália.

Suas peculiaridades enogastrômicas são apreciadas desde a antiguidade. Existe até hoje, por exemplo, uma linguiça muito admirada antigamente pelos romanos que se chama *luganega* ou *lucaniga*, originada na Basilicata, mas encontrada e conhecida em toda a Itália.

A cozinha tradicional da região baseou-se nos ingredientes simples utilizados pelos camponeses, mantendo até o presente seus aromas e sabores deliciosos. Um dos ingredientes fundamentais é a carne suína, tradicionalmente criada e abatida observando-se um ritual que culmina em uma festa para a qual são convidados vizinhos e familiares. Entre os produtos derivados do suíno - além da já citada linguiça *luganega*, aromatizada com pimenta-preta e calabresa (que pode ser degustada crua, assada, frita, seca ou em conserva de azeite)-, merecem ser mencionadas a tão apreciada *sorpressata* (linguiça de carne suína cortada com a ponta da faca) e a *pezzenta*, feita somente com as sobras suínas, como rins, coração, pulmões e tripas.

A massa feita à mão com farinha de grano duro, sal e água é provavelmente uma invenção lucana também. Existem diversas variedades, como *fusilli*, *lagane* (nome utilizado pelos gregos para lasanha), *cavatelli*, *calzoni*, *orecchiette*. O seu tempero tradicional é o ragu de carne,

preparado com as carnes de cordeiro, suína e ovina, cozidas no molho de tomate depois de refogadas.

O pão também se faz presente em muitas receitas de pratos principais. Normalmente sua base é a farinha de grano duro. O fato de ser cozido em forno a lenha lhe confere um sabor especial. É ainda muito apreciado o pão produzido nas cidades de Matera e Altamura, feito somente de sêmola, em formas de grandes dimensões.

Normalmente os pratos tradicionais são enriquecidos com o gosto do *peperoncino* e da pimenta calabresa, além dos *peperoni crush*, pimentões secos ao sol em pitorescos colares vermelhos encontrados frequentemente nas janelas das casas rurais.

Os queijos constituem uma pérola da gastronomia lucana. Destaca-se o *pecorino*, com sabor inigualável, produzido com leite de ovelhas e cabras criadas preferencialmente soltas nos pastos, e maturado de três a doze meses. Vale a pena também provar outras variedades caseiras como as ricotas, as mozzarelas, o *provola*, o *caciocavallo* e a *caciotta*.

A Basilicata não é rica na receitas de doces. Mas entre os mais populares estão o *sanguinaccio*, preparado com sangue suíno, chocolate, passas, casca de limão, canela e açúcar, e a *lagana chiapatta* um dos doces mais antigos, preparado com a mesma base da lasanha com mosto cozido, nozes, passas, miolo de pão e maçãs.



### ***Pan cotto***

#### **Ingredientes:**

300 g de pão caseiro amanhado

300 g de chicória

2 ovos

150 g de linguiça lucana

100 g de *pancetta*

2 pimentas-malaguetas

caldo de carne

azeite e sal

#### **Modo de preparo:**

Corte em cubinhos a *pancetta* e deixe-a refogar em pouquíssimo azeite. Acrescente a linguiça picada e a chicória limpa e lavada, e então tempere com sal, regando gradualmente com o caldo. Quase no final do cozimento, junte a pimenta picada e os ovos batidos. Distribua tudo em forminhas já preparadas com o pão amanhado em pedacinhos.



### *Insalata di baccala*

#### **Ingredientes:**

800 g de bacalhau sem sal  
salsinha, alho e suco de limão siciliano a gosto  
azeite

#### **Modo de preparo:**

Cozinhe o bacalhau e desfie-o em um prato. Tempere com o suco de limão, o alho picado, o azeite e a salsinha. Sirva ainda morno.

### *Arance al forno*

#### **Ingredientes:**

8 laranjas sanguíneas ou toranjas  
manteiga sem sal a gosto  
licor de laranjas  
mel  
açúcar a gosto  
amêndoas em lâminas

#### **Modo de preparo:**

Limpe e descasque as laranjas. Coloque as fatias em uma folha de papel alumínio, acrescente um pouco de manteiga, regue com o licor e feche bem a folha. Cozinhe em forno preaquecido a 180°C durante 10 minutos. Adicione o açúcar, o mel e as amêndoas.



A chef Silvia Percussi, autora do livro "Funghi - cozinhando com cogumelos" (editora Keila & Rosenfeld), é responsável pelo cardápio do restaurante Vinheria Percussi desde 1988. Rua Cônego Eugênio Leite, 523, Jardim América. De terça a domingo. Fone: 3088-4920/3064-4094



O seu tempo é precioso.



O do seu filho também.



Colégio Dante Alighieri.

Agora com opção de período integral até o 5º ano do Ensino Fundamental.

[www.colegiodante.com.br](http://www.colegiodante.com.br)