

CIOCIARIA & CUCINA

e x c e l l e n c e

**IL PANETTONE SECONDO
FAUSTO FERRANTE:
DOVE IL LIEVITO MADRE
NON DORME MAI**



Il Natale in due versioni:
pandoro dolce e salato,
con le ricette dei maestri

Quando il frantoio si
spegne: tre oli a confronto e
una stagione che si chiude

Il dine-sharing: l'esperienza
del mangiare tutti insieme
di Fausto Russo

IL NOSTRO
PANETTONE
alla Sambuca Vecchia



SARANDREA®
LIQUORERIA-ERBORISTERIA
Colleparado dal 1918

Via D'Alatri, 3/b - 03010 Colleparado (FR)
Tel. 0775.47012 - www.sarandrea.it

Cari lettori,

c'è una canzone che da sempre ci accompagna, come un vento buono dentro la memoria.

“Generale, dietro la collina...” — cantava De Gregori. E in quelle parole, che parlavano di soldati stanchi, di neve, di sigarette e di ritorni, c'era già tutto il senso di ciò che non dovrebbe mai tornare: la guerra.

Siamo una generazione fortunata, cresciuta nel silenzio delle armi e nel rumore lieve della libertà.

Abbiamo imparato a discutere, non a sparare; a dissentire, non a ferire.

Eppure oggi ci ritroviamo a vivere un tempo che parla di riarmo, di confini, di “difesa preventiva”.

Le parole si fanno dure, i notiziari pieni di numeri, di strategie, di nemici.

E la pace, quella parola che dovrebbe brillare come una stella di Natale, sembra invece una fiammella che resiste a fatica.

In questi giorni in cui le luci accendono le città e le tavole si preparano a festeggiare, il mio pensiero va a chi la pace non ce l'ha.

A chi la sogna, a chi la perde, a chi la cerca tra le macerie e le notti senza sonno.

Vorrei che il Natale di quest'anno fosse un Natale di silenzio buono, di ascolto, di rispetto.

Un Natale dove nessuno parli di vincitori e vinti, ma solo di uomini e donne che vogliono tornare a vivere.

Noi, che siamo cresciuti nella democrazia, non sappiamo cosa significhi davvero combattere — né per difenderci né per offendere.

E forse per questo sentiamo più forte la responsabilità di custodire la pace, come si custodisce un vino antico o una terra fertile.

Perché la pace non è solo un dono: è un lavoro quotidiano, fatto di gesti, di parole, di scelte.

Come quando scegli di non odiare, di non rispondere con rabbia, di non voltarti dall'altra parte.

Vorrei che il 2026 ci trovasse così: più consapevoli, più gentili, più umani.

Con un cuore che non dimentica e una mente che non smette di chiedere: “E tu, Generale, scrivi davvero la pace?”

Buon Natale a chi cucina la speranza ogni giorno,

a chi condivide il pane e la bellezza,

a chi crede ancora che il mondo possa cambiare, un gesto alla volta.

l'Editore

Angelica
-BALDASSARRA-
ANTICO MULINO
1936



Via Vado Amaseno, 26 • 03029 Veroli (FR) • Tel. 0775 863158



www.polselli.it

Vi auguriamo

BUONE Feste polselli® LA FARINA ITALIANA



Grazie a tutte le aziende che credono nel nostro territorio
e ci permettono di continuare
a realizzare il nostro Magazine

CIOCIARIA & CUCINA
e x c e l l e n c e





Giubileo in Ciociaria	8
Diario di Cucina di Pamela Liccardo	10
Diario di Cucina di Pamela Liccardo	12
Il Dine Sharing di Fausto Russo	14
Eccellenze Ciociare: Mida	19
Il vino sottovoce di Alessia Mirone	20
Diario di Cucina: Pandoro fatto in casa	31
Speciale Natale di Fausto Ferrante	35
Speciale Natale: Alessandra Conte	36
50 sfumature di ciccìa: di Stella del Morrone	39
Diario di Cucina: dal Patricano	45
Viaggi diversi di Livia Gualtieri	46
Ornella Vanoni, quando una voce diventa sapore	48
Diario di Cucina: Giorgio Alessio Bracaglia	53
Come alimentarsi di Alessia Feola	55
Speciale Natale: serpentone di Guarcino	58
Ogni Pa(r)ola di Paola Pisano	60
Diario di Cucina: La cucina vegetale di Ala Abyshkina	64
Eccellenze Ciociare: Nonna Pitta	67
Diario di Cucina di Cristina Todaro	68
In Salute di Antonio Colasanti	70
Ciociaria in arte di Bianca Maria Valeri	72
Guida enogastronomica per autostoppisti di Marco Sargentini	76
Ferment'Action di Marie Joveneau	80
Percorso del gusto	84

Registro Operatori Comunicazione n. 26942

Direttore responsabile:
Alfio Mirone

Editorialisti:
Fausto Russo - Biancamaria Valeri - Livia
Gualtieri - Sara Sepahi - Alessia Mirone - Marie
Joveneau - Antonio Colasanti
Marco Sargentini - Alessia Feola

**Contattaci per informazioni
pubbлицitarie e conquista
i tuoi clienti.**
tel. 377.480.85.60
info@ciociariaecucina.it



GIUBILEO 2025 in Ciociaria

REDAZIONE TURISMO

La Ciociaria oltre il Giubileo: un cammino che non finisce

Ci sono anni che lasciano un segno e anni che, invece, lo rivelano.

Il Giubileo 2025 ha fatto entrambe le cose: ha segnato un tempo speciale e, al tempo stesso, ha riportato alla luce l'anima profonda della Ciociaria. Un territorio che non vive di clamori, ma di bellezze persistenti, di pietre che parlano, di voci che attraversano i secoli senza svanire.

Mentre l'Anno Santo si avvicina alla sua conclusione, ciò che resta non è soltanto il pellegrinaggio compiuto nelle nostre abbazie, o il richiamo spirituale delle nostre città storiche: resta soprattutto la consapevolezza di un patrimonio che merita di essere vissuto oltre ogni ricorrenza.

UN TERRITORIO CHE CUSTODISCE IL TEMPO

In questi mesi, la Ciociaria ha mostrato la sua pluralità con la naturalezza delle cose autentiche.

Anagni ci ha ricordato la forza dei suoi Papi e della sua Cattedrale; Atina ha spalancato la quiete della Valle di Comino; Arpino ha intrecciato storia, filosofia e memoria; Alatri ha svelato le sue geometrie sacre; Trisulti, Montecassino e Casamari hanno rinnovato il valore del silenzio, quello che accoglie, orienta e fa riflettere.

Ogni tappa è stata un frammento di un racconto più grande: quello di una terra che non ha bisogno di artifici per trasmettere bellezza. La Ciociaria vive nella sobrietà dei suoi paesaggi, nella solidità della sua storia, nella spontaneità della sua gente.

E chi ha seguito questo viaggio mese dopo mese ha riscoperto ciò che spesso diamo per scontato: **la ricchezza di stare in un luogo che conserva la sua identità con orgoglio e semplicità.**

OLTRE IL GIUBILEO: L'INVITO A CONTINUARE IL CAMMINO

Il termine dell'Anno Santo non è un punto fermo. È, al contrario, un nuovo inizio.

Questo territorio non esaurisce il suo fascino con la chiusura del Giubileo: continua a raccontarsi in ogni stagione, tra chiese che vibrano di storia, borghi che guardano al futuro senza perdere le proprie radici, luoghi in cui spiritualità, arte, natura ed enogastronomia convivono in modo naturale.

Per questo, ai lettori, ai visitatori, ai viaggiatori curiosi, rivolgiamo un invito semplice e sincero:

Continuate a camminare in Ciociaria.

Lasciatevi sorprendere ancora.

La bellezza di questa terra non conosce scadenze.



COME CONTINUARE IL VIAGGIO

Scegli una città da riscoprire

Anagni, Alatri, Arpino, Atina, Ferentino, Veroli: ogni borgo custodisce un frammento diverso della nostra storia.

Visita le grandi abbazie e i luoghi del silenzio

Casamari, Trisulti, Montecassino: luoghi che non chiedono parole, ma attenzione.

Vivi l'enogastronomia come esperienza culturale

Dalle cantine alle piccole trattorie, dai prodotti DOP ai piatti della tradizione: ogni assaggio racconta un pezzo di territorio.

Segui gli eventi del nuovo anno

Il Giubileo si chiude, ma la Ciociaria continua a proporre itinerari, festival, concerti, mostre, cammini.

Restate con noi, Ciociaria&Cucina racconterà tutto questo mese dopo mese, senza fretta, senza rumore, con lo stesso sguardo autentico che ci ha accompagnati lungo tutto l'anno giubilare.

PANDORO SALATO

PAMELA LICCARDO

L'aperitivo che accende il Natale



Ci sono ricette che non si limitano a seguire la tradizione, ma la reinventano con coraggio e leggerezza. È il caso di questo pandoro salato, un'idea firmata da Pamela Liccardo, capace di trasformare un grande classico in un antipasto sorprendente, perfetto per accendere il Natale con qualcosa di nuovo.

Pamela prende un lievitato simbolo delle feste e lo rende accessibile, moderno, conviviale, unendo tecnica e semplicità in un impasto che chiunque può preparare a casa. Il risultato? Una nuvola soffice che profuma di artigianalità, da tagliare a fette e portare in tavola con salumi, formaggi e un buon calice: l'essenza di un aperitivo natalizio che non si dimentica.

È una di quelle novità che meritano di tornare ogni anno, perché nasce da un gesto creativo e si trasforma in un'esperienza condivisa. Un piccolo capolavoro che promette di diventare un rituale delle feste.



INGREDIENTI:

STAMPO DA 500 G • PREFERMENTO

• 200 g farina (12% proteine) • 200 ml acqua a temperatura ambiente • 3 g lievito fresco

IMPASTO

• 250 g farina Manitoba • 50 ml latte • 5 g lievito fresco • 30 g zucchero • 1 uovo intero • 40 g burro • 15 g zucchero • 100 g pomodori secchi sminuzzati • Sale

PREPARAZIONE

PREFERMENTO

Mescolare farina, lievito e acqua in una ciotola utilizzando un mestolo. Coprire e lasciar lievitare per almeno 3 ore.

IMPASTO

Trasferire il prefermento in una ciotola più capiente e aggiungere farina, lievito fresco, zucchero, uovo e latte. Impastare a mano o in planetaria fino a ottenere un impasto incordato. Unire il sale e, poco alla volta, il burro morbido, continuando a lavorare fino a completa incorporazione.

Rovesciare l'impasto sul piano di lavoro ed

eseguire alcune pieghe di rinforzo. Lasciare riposare 15 minuti, quindi incorporare i pomodori secchi e lavorare nuovamente. Riporre l'impasto in un contenitore, coprire e lasciare maturare in frigorifero tutta la notte.

FORMATURA E COTTURA

Il giorno seguente compattare l'impasto con l'aiuto di una spatola e trasferirlo nello stampo da pandoro imburrato e infarinato. Cuocere in forno statico a 180°C per 35–45 minuti, coprendo a metà cottura per evitare un'eccessiva doratura. Lasciare raffreddare completamente, quindi capovolgerlo per circa 30 minuti. Il pandoro salato è pronto.

SERVIZIO

Perfetto con salumi, formaggi e un buon bicchiere di vino per inaugurare il pranzo delle feste.

Un pandoro salato soffice, creativo e irresistibile: l'aperitivo natalizio perfetto per sorprendere gli ospiti e inaugurare il menu con un tocco originale firmato Pamela Liccardo.

BUFALETTA DI AMASENO E PATATE FONDENTI

PAMELA LICCARDO



A Natale ci sono piatti che non si limitano a sfamare: accendono ricordi, riportano a tavola le radici e trasformano il pranzo in un abbraccio. Quest'anno lasciamo che sia la Bufaletta di Amaseno a raccontare la festa, con il suo carattere elegante e profondo, accompagnata da patate fondenti che profumano di erbe e calore domestico. Un secondo che parla di famiglia, di lentezza, di quella cucina che prende tempo e poi lo restituisce in forma di emozione. Perfetta per i giorni più belli dell'anno.



INGREDIENTI:

PER LA BUFALETTA DI AMASENO

• 600 g spezzatino di bufaletta • 6 cipolle dorate • 75 g sedano • 75 g carote • Prezzemolo • Alloro • Timo • Chiodi di garofano • Aglio • Vino rosso • Olio extravergine d'oliva • Triplo concentrato di pomodoro • Sale • Brodo vegetale

PER LE PATATE FONDENTI

• 1 kg patate medie-grandi • Aglio • Olio extravergine d'oliva • 500 ml brodo vegetale o di pollo • 6 noci di burro • Timo • Rosmarino • Sale

PREPARAZIONE

BUFALETTA DI AMASENO

Tagliare la carne e porla in una ciotola con cipolle, sedano, carote, pepe, sale, aglio, chiodi di garofano, alloro, timo, prezzemolo e vino rosso. Lasciare marinare tutta la notte.

Scolare la carne tenendo da parte la marinatura. In una casseruola scaldare olio e rosolare i pezzi di bufaletta su tutti i lati.

Unire la marinatura e cuocere per circa 1 ora. Aggiungere il brodo caldo e proseguire la cottura per altre 2 ore, finché il sugo non sarà denso e avvolgente.

Servire bollente.

PATATE FONDENTI

Pelare le patate formando cilindri della stessa dimensione.

In un tegame unire olio, aglio, timo e rosmarino, quindi disporre le patate facendole dorare su entrambi i lati.

Rimuovere aromi e aglio, abbassare la fiamma e versare il brodo fino a coprire le patate. Cuocere circa 15 minuti.

Aggiungere altro timo e rosmarino, salare e trasferire in forno a 170°C statico per 15 minuti. Rimettere il tegame sul fuoco, aggiungere il burro e nappare fino a ottenere una superficie ambrata. Servire ben calde.

Un secondo importante, perfetto per il pranzo di Natale: la Bufaletta di Amaseno stufata lentamente e accompagnata da patate fondenti alle erbe. Un piatto che porta in tavola eleganza, tradizione e il calore autentico della nostra terra.

IL DINE-SHARING

L'esperienza del mangiare tutti insieme

*Fausto Russo**



Ci sono persone che, quando scrivono, non raccontano soltanto un'idea: rimettono al mondo qualcosa di noi. Lo fanno con una naturalezza che disarmo, come se le parole fossero una carezza capace di ricordarci ciò che davvero conta.

Fausto Russo è una di queste persone.

E ogni volta che regala le sue riflessioni al nostro magazine, non consegna un articolo: consegna presenza, consegna ascolto, consegna umanità.

Questo nuovo contributo arriva nel mese in cui tutto sembra chiedere silenzio, luce e verità.

Dicembre ha una sua grammatica, fatta di ritorni e di sguardi più lenti, e Fausto entra in questa atmosfera con la delicatezza che lo contraddistingue: quella capacità rara di farci fermare, di farci respirare, di farci guardare gli altri — e noi stessi — con uno sguardo più intero.

Il testo che leggerete non va spiegate, va accolto.

È una piccola soglia da attraversare con rispetto, perché parla della parte più semplice e più profonda dell'essere umano: il desiderio di stare insieme.

Non anticiperò nulla: lasciamo che siano le sue parole, come sempre, a trovare il varco giusto dentro di noi.

In questo tempo dell'anno in cui cerchiamo presenza, calore e verità, Fausto ci offre ancora una volta ciò che gli riesce meglio: un pensiero che illumina e un gesto che unisce.

E noi, come ogni mese, non possiamo che essergli grati.

Alfio Mirone



Una delle pratiche di socializzazione che sta prendendo sempre più spazio, come un vero e proprio rito di comunità, è quella del dine-sharing, il cercarsi, trovarsi e stare assieme nello stesso tavolo.

Il dine-sharing, il tavolo condiviso, assume una vera e propria funzione sociale, promuove l'attitudine relazionale e diventa lo spazio dove l'esperienza del mangiare la si fa tutti insieme.

Attratti dalla tendenza alla ricerca spontanea e reciproca dell'altro, come un vero e proprio modello culturale, alcuni ristoratori hanno iniziato a proporre spazi comuni di socializzazione, anche

tavoli comuni, richiamando un po' le abitudini degli spazi rurali di una volta, dove si faceva spontaneamente comunità nel posto più incline alla socializzazione che è proprio la tavola.

Anche tante trattorie hanno praticato l'usanza di imbandire lunghe tavolate, dove, in maniera spontanea, le persone si accomodavano e sentivano la presenza degli altri sconosciuti come un'occasione abbastanza naturale di condivisione, superficiale o coinvolgente che fosse. Nelle sagre di paese, anzi, dove c'erano solo tavoli comuni, succedeva che l'effetto trascinante della festa fungesse da equalizzatore sociale, abbattendo

di molto le distanze, i ruoli e la percezione di inavvicinabilità delle persone più altolocate.

Le iniziative di sharing table, di tavolo condiviso, in realtà, sono state precedute, già anni orsono, dalle piattaforme on line di social eating che consentono ancora oggi a chiunque di invitare a casa propria, a pranzo o a cena, persone non conosciute, aprendo gradualmente la strada al friend's table, il tavolo dell'amicizia attuale.

È proprio l'amicizia a ricevere vigore da questi nuovi spazi di ritualità collettiva. Il cibo, in verità, da sempre ha rappresentato uno spazio dove più facilmente e naturalmente ci si apprestasse a viverne la condivisione: ha rappresentata una possibilità di trascendere il proprio spazio il proprio confine individuale, per darsi una dimensione più collettiva.

Una ulteriore visione, più estesa in senso sistemico, porta a considerare come la condivisione dello spazio e del momento del nutrirsi contenga anche un senso di più complessiva appartenenza ecologica. Si sta insieme agli altri attorno al cibo che proviene dalla natura e, dunque, è come se si sottoscrivesse un'appartenenza alla natura stessa ed al suo potere accogliente.

E, dunque, se gli esseri umani riconoscono un'appartenenza comune alla natura, riconoscono anche un loro comune appartenersi, un essere legati da trame, da connessioni, da storie, finanche da un racconto comune, seppur diversificato magnificamente in infinite sfumature ed in infinite prospettive. Da quando ci siamo raccontati con le incisioni sulle pareti delle grotte, a quando abbiamo



Nello stare a tavola succede proprio questo: si ascoltano le storie degli altri e ci si racconta. Si incontra l'altro e ci si confronta con i suoi mondi ed i suoi valori.

Fare delle proprie esperienze un racconto, entrare un po' nelle vite degli altri, più che a cinema o teatro dove si è solo spettatori, richiama quella che è l'essenza della persona e della vita, cioè arte dell'incontro e della narrazione.

affidato alla letteratura i nostri sentimenti più nascosti ed impensabili, abbiamo vissuto le storie come potente mezzo di condivisione e di trasformazione. Sentiamo che il narrarci ci appartiene, qualunque cosa ci mettiamo: timori, incertezze, delusioni, slancio, frenesia, scoperte. Ed anche grandiosità, splendori, epopee, miti.

** Psichiatra e analista della comunicazione*



www.dfgocce.com



Panettone alla Ratafià



mida Christmas

QUALITY DRINK



📍 Via Casilina, KM 77/600 Ferentino FR

🌐 www.cantinemida.it

☎ 0775.1363375



L'ECCELLENZA DEL VINO CHE UNISCE HORECA E PRIVATI

REDAZIONE

A Ferentino, c'è un punto della via Casilina dove il ritmo veloce delle giornate rallenta, lasciando spazio a un gesto che profuma di cura: scegliere una bottiglia. **Cantine Mida**, oggi, è molto più di un'enoteca: è un luogo che parla direttamente al cuore di chi ama il vino, che tu sia un ristorante alla ricerca della precisione o un appassionato che vuole portare a casa un'emozione da stappare.

Tra scaffali luminosi e un ordine che rassicura, convivono **circa 1.500 etichette**: vini, bollicine, distillati, rarità e grandi classici, tutti selezionati con lo sguardo esperto di chi il vino non lo vende soltanto, ma lo interpreta.

È da questa cura che nasce l'identità di Cantine Mida: **un ponte tra il mondo Horeca e il consumatore privato**, con un approccio professionale, diretto e mai distante.

E poi arriva il Natale, che qui si sente prima. Si percepisce nei **formati speciali**, nelle bottiglie ricercate, nei calici che diventano idee regalo, nei panettoni artigianali Filippi e nel cioccolato Amedei che profuma di festa. Ma soprattutto, si percepisce nella passione con

cui Daniele Attini e il suo team preparano le celebri confezioni natalizie: **non semplici cesti, ma vere composizioni d'identità**, pensate per chi desidera regalare gusto, bellezza e un racconto personale.

Sono disponibili in ogni combinazione possibile — oppure costruite su misura, con quella personalizzazione che è diventata un tratto distintivo e quasi artigianale dell'enoteca.

Nella foto, **Daniele Attini** è ritratto tra gli scaffali colmi di etichette e proposte festive: uno scatto che racchiude lo spirito del luogo. Qui il vino non è un prodotto, ma un invito.

Un invito a scegliere con calma, a fidarsi dei consigli, a trovare la bottiglia giusta per un pranzo speciale o per chiudere l'anno con un brindisi che abbia un significato.

Cantine Mida resta così una realtà centrale per il territorio, capace di coniugare assortimento, competenza e accoglienza.

Un posto dove il Natale non è solo una stagione di acquisti, ma un momento per ritrovare il piacere autentico di condividere — e vivere — il vino.

IL VINO SOTTOVOCE

UN ANNO NEL BICCHIERE

IL MIO GRAZIE PIÙ SINCERO

ALESSIA MIRONE



C'è un momento, alla fine di ogni anno, in cui anche il vino sembra fermarsi. Non smette di evolvere, certo: continua a respirare, a maturare, a trasformarsi.

Ma rallenta. Si fa silenzioso. Ti guarda.

È come se ti chiedesse: "Che cosa abbiamo imparato insieme?"

Ed è proprio da qui che voglio partire.

Il 2025 è stato un anno intenso, generoso, a tratti sorprendente.

Un anno in cui ho avuto l'onore di raccontare il mondo del vino attraverso le pagine di **Ciociaria&Cucina**, incontrando produttori, territori, storie e passioni che meritano di essere custodite.

Un anno in cui ho potuto assaggiare non solo etichette, ma emozioni: perché ogni vino, se ascoltato davvero, ha una sua voce.

Gran parte di questo viaggio lo devo a **Cantine Mida**.

A Daniele, che con la sua competenza paziente e mai arrogante ha guidato ogni degustazione come un narratore antico.

E a questo spazio che è diventato per me una seconda casa: un luogo dove il vino non è mai solo un prodotto, ma un incontro.

Un ponte tra persone che amano capire, esplorare, condividere.

Grazie a loro ho potuto conoscere nuove realtà vinicole, piccole e grandi, nascoste o già celebri, ma tutte accomunate dalla verità delle loro vigne.

Sono state le loro bottiglie, i loro profumi, i loro silenzi e le loro sorprese a riempire le mie

parole mese dopo mese.

E se oggi scrivo questo articolo con un pizzico di emozione, è perché so che non avrei potuto desiderare un anno migliore.

E poi ci siete voi.

Voi che leggete ogni numero del magazine, voi che cercate l'etichetta giusta per una cena, una festa, un ricordo.

Voi che mi avete permesso di trasformare una passione in un racconto continuo.

Voi che mi fate sentire che il vino, quando è condiviso, diventa vita.

Scrivere per voi è stata una responsabilità, certo, ma soprattutto una gioia.

E se c'è qualcosa che posso ancora trasmettere, è che il vino non è mai solo tecnica:

è ascolto, è cura, è presenza.

È il tempo che gli dedichiamo e la storia che ci restituisce.

Ora arrivano il Natale, i brindisi, le tavole illuminate, le bottiglie che si aprono piano e quelle che scoppiano allegre.

E io, con gratitudine sincera, vi auguro che ogni calice sia un abbraccio.

Che ogni sorso vi accompagni verso ciò che desiderate.

Che ogni vino che sceglierete sia il più fedele compagno dei vostri momenti felici.

Grazie per questo viaggio.

Grazie per avermi letto, seguita, aspettata ogni mese.

Grazie per aver condiviso con me il gusto di un anno straordinario.

**Buon Natale e felice Anno Nuovo,
con il cuore colmo di vino buono.**





Simone Taglienti

Via Po
Isola del Liri (FR)
T. 351 637 5422



Guarda ed ascolta la magia del Natale



FROSINONE

Viale Volsci 59 (ex Monti Lepini)

Ci trovi anche a **SORA E CASSINO**

Numero Verde

800 500 569

www.otovision.it

IL PANETTONE ARTIGIANALE

DOVE IL NATALE COMINCIA DAVVERO

REDAZIONE DEL GUSTO

Ci sono profumi che non mentono: quello del panettone artigianale è uno di questi.

Nasce dal lievito madre, dalla pazienza, da un impasto che respira e cresce per giorni. Non si fa in fretta, non si improvvisa: si accompagna, come si fa con qualcosa di vivo.

Produrre un panettone artigianale significa scegliere farine selezionate, uova freschissime, burro vero, canditi naturali; significa vegliare sulle lievitazioni, ascoltare il laboratorio, dosare ogni gesto con la cura di un rito antico. È un lavoro che chiede tempo, tecnica, notti insonni e una passione che non si spegne mai.

Ed è proprio questa passione che rende unico ogni panettone che presentiamo in questo numero di dicembre: una raccolta dei migliori artigiani del territorio, ognuno con la propria interpretazione, ognuno con un impasto che racconta una storia, una famiglia, una tradizione.

Il Natale, qui, comincia così:

con un panettone che profuma di verità.

UN VIAGGIO DENTRO I FORNI CHE FANNO NATALE

Ed è proprio da questa verità – da questo impasto vivo che diventa emozione – che nasce il nostro viaggio di dicembre.

Un viaggio tra i forni, le pasticcerie, i mulini e i laboratori che, in tutta la nostra provincia, custodiscono l'arte del panettone come un patrimonio da proteggere.

Artigiani diversi, storie diverse, metodi diversi... ma un'unica certezza:

qui il Natale prende forma nelle mani di chi impasta.

E allora entriamo insieme nei luoghi in cui il lievito madre respira

e i panettoni diventano poesia.

GLI ARTIGIANI DEL PANETTONE: LA NOSTRA CIOCIARIA CHE LIEVITA

ANGELICA BALDASSARRA – VEROLI

C'è un profumo che riconosci subito quando entri nel suo laboratorio: quello delle farine macinate nel molino di famiglia, che Angelica trasforma in impasti dal carattere autentico. Il suo panettone nasce lì, tra la cura del forno a legna e l'esperienza di una donna che ha fatto del pane tipico di Veroli un biglietto da visita. Anche quest'anno Angelica firma un lievito che emoziona, fatto di ingredienti selezionati e di una sensibilità che trova casa in ogni fetta.

SARANDREA LIQUORI – PANETTONE ALLA SAMBUCA VECCHIA

Quando un grande liquorificio incontra un pastry chef d'eccellenza, il risultato non può che diventare un classico moderno. Il panettone alla Sambuca Vecchia firmato Sarandrea è ormai un prodotto "in fuga": ogni anno la produzione cresce, e ogni anno finisce troppo presto. Profumi intensi, equilibrio perfetto e quell'impronta inconfondibile della storica azienda di Colleparado: un dolce che racconta un territorio.

FEDERICA VERDECCHIA L'AMARETTO DI GUARCINO

A Guarcino, tra i profumi di mandorla e le tradizioni che non tramontano, l'Amaretto di Guarcino rinnova ogni anno il suo rito: il panettone artigianale firmato Federica. Una produzione curata, sincera, che conquista ben oltre i confini della provincia. Le richieste arrivano dall'estero, le liste d'attesa si allungano e, puntualmente, qualcuno resta senza perché non ha prenotato in tempo. Il segreto? Un lievito che parla la lingua della qualità, fatto con la stessa dedizione che ha reso celebre la sua pasticceria.

Chi vuole assaggiarlo... deve solo muoversi: a Natale, i panettoni di Federica finiscono prima ancora di arrivare al banco.

CORNETTERIA DA DAVID – ISOLA DEL LIRI

A volte basta poco tempo per farsi notare: una competenza solida, una dedizione rara e una clientela che riconosce subito la qualità. Da pochi mesi David ha aperto la sua cornetteria, e la richiesta dei panettoni è arrivata spontanea, quasi inevitabile. Così, a fine novembre, si è messo





I CORNETTI DI DAVID

Tanto lavoro. Un solo obiettivo. Farvi felici.

Il Panettone artigianale



Isola del Liri

Via Verdi, 23



all'opera, forte di un'esperienza pluridecennale con i lievitati. Il risultato è un panettone fresco, sincero, che parla la lingua dell'artigianalità pura.

MARIO QUATTROCIOCCHI DOMUS HERNICA

Il suo nome attraversa la provincia e arriva lontano. Mario Quattrococchi non è solo uno chef: è un custode dei sapori, un ricercatore instancabile. I suoi panettoni – sei gusti diversi, prodotti in tiratura limitata – sono diventati un appuntamento fisso al Domus Hernica. La richiesta cresce, e come sempre Mario risponde con impegno assoluto e una precisione che lo distingue.

PASTICCERIA AURORA – ALATRI

In provincia c'è un luogo che la mattina chiama a raccolta gli appassionati: la Pasticceria Aurora. Colazione, dolci iconici e panettoni che, a Natale, diventano quasi un rito. Qui la materia prima è una fede, e ogni panettone porta con sé la firma dell'eccellenza. Un prodotto che conquista ogni anno nuovi palati senza mai perdere identità.

Maurizio Vona – Sfizi e Delizie

Metà novembre, forno acceso, braccia al lavoro: Maurizio Vona inaugura così la sua stagione dei lievitati. Panettoni e pandori che entrano in produzione e che, puntualmente, conquistano tutti. I suoi lievitati hanno sempre avuto una marcia in più, e questo Natale non fa eccezione: ricerca, equilibrio e un desiderio costante di elevare la qualità.

FAUSTO FERRANTE – FONDI, LINEA DELICATESSE

Pochi laboratori possono vantare la precisione e la sensibilità di quello di Fausto Ferrante. Nel suo ristorante nascono panettoni che viaggiano in tutta Italia e oltre, pur essendo prodotti in un laboratorio piccolo, quasi intimo. Fresco di premi prestigiosi, Fausto resta uno dei nomi più solidi tra Latina e Frosinone: i suoi panettoni Delicatesse sono piccoli capolavori che volano via in pochissimi giorni.

Giuseppe Varone – Cassino, Forno Casamadre
Ci sono panettoni che non si dimenticano. Quello di Giuseppe Varone è uno di questi. Lo abbiamo assaggiato in anteprima e ci ha lasciati senza parole: profumo avvolgente, struttura perfetta, un gusto che emoziona. Cultore dei grani antichi, del lievito madre e del burro migliore, ha creato un prodotto che eleva l'intero panorama cassinato. Una promessa che diventa certezza.

TONY DI NARDO – AUSONIA

Lui non può mancare. Tony Di Nardo è uno chef che ama la pasticceria con la stessa intensità della cucina. Chi entra nel suo ristorante lo sa: si esce solo dopo aver assaggiato un dolce. E a Natale il protagonista è sempre lui, il panettone di Tony. Speciale, identitario, unico. È da anni uno dei miei compagni di Natale, e non può che essere presente anche in queste pagine.

DARIO FERRI – DF GOCCE, RATAFIÀ & LIEVITATI D'AUTORE

Ogni Natale, nella sua DF Gocce, il laboratorio profuma di dolcezza e tradizione. Dario Ferri ha costruito negli anni un piccolo universo dedicato ai sapori della Ciociaria, e i suoi panettoni sono diventati un tassello imprescindibile di questo percorso. Con il supporto dei pastry chef che lo affiancano, ha messo a punto una linea di lievitati che unisce tecnica e identità, ma è il panettone alla Ratafià a rubare la scena: un must assoluto, richiesto in quantità sempre maggiori. È il protagonista dei cesti regalo, delle tavole di festa, dei brindisi natalizi. Un panettone che racconta un territorio e che a Natale non può mancare.

In fondo, il Natale ha un solo segreto: riconoscere il talento di chi impasta emozioni.

E in questa provincia, ogni panettone è un piccolo racconto che merita di essere ascoltato.

DI

RESTAURANT

DIETRO OGNI
PANETTONE
RICERCA,
DEDIZIONE,
PASSIONE



Via Giovanni Sulpicio, 28 - 03029 Veroli (FR)
0775 236047 - 339 4784458
www.domushernica.it

dolce o salato
Aurora



Aurora, l'arte della pasticceria
e del salato d'autore: un connubio irresistibile
di dolcezza e sapore

S.S. 155 Km 6,900, 03011 Alatri | Tel. 0775 403014



Sfizi e Delizie

cornetteria



SFIZI e DELIZIE

Via Tommaso Landolfi - 03100 Frosinone - Tel. 0775.270048

PANDORO FATTO IN CASA

MAURIZIO VONA DI SFIZI E DELIZIE

Ci sono ricette che non sono semplici preparazioni: sono gesti che riportano la cucina al suo significato più puro. Il pandoro fatto in casa è uno di questi.

Maurizio Vona, cuore e mani di Sfizi e Delizie, ce lo dimostra con una generosità rara: invece di custodire un segreto, lo condivide. Perché la professionalità vera si vede così — nella capacità di trasformare un lievito importante in un'esperienza accessibile a tutti, senza semplificare la tecnica, ma spiegandola con la cura di chi vuole che, davanti al forno di casa, ognuno possa dire: «Ce l'ho fatta anch'io». Questa ricetta è un invito.

A impastare insieme, a sentire il profumo del burro che incontra la vaniglia, a vivere quel momento di magia che accompagna la lievitazione lenta e silenziosa. Un rito che unisce la famiglia, scalda l'attesa del Natale e riporta il tempo al suo ritmo vero.

E allora eccolo, il pandoro secondo Maurizio: preciso, affidabile, alla portata di tutti. Un dono prima ancora che una ricetta.

INGREDIENTI:

PER IL LIEVITINO (POOLISH)

• 50 g acqua • 50 g farina forte* • 12–15 g lievito di birra fresco oppure 4–5 g lievito secco

PER L'IMPASTO

380 g farina forte* • 120 g zucchero semolato fine (o a velo fatto in casa) • 140 g latte • 100 g tuorli (circa 6)
100 g burro • 4 g sale

PER L'EMULSIONE AROMATICA

30 g cioccolato bianco • 30 g burro • 15 g miele delicato • 1 cucchiaino marsala • 1 cucchiaino di vaniglia in pasta o i semi di una bacca • Versione con gocce di cioccolato (opzionale) • 100 g gocce di cioccolato congelate





PREPARAZIONE

PREPARA L'EMULSIONE

Inserisci in una ciotola o pentolino: cioccolato bianco, burro, miele, marsala e vaniglia. Sciogli al microonde o a fuoco dolce. Copri con pellicola e tieni da parte. Più tempo riposa, più gli aromi si intensificano. Puoi prepararla la sera prima e conservarla in frigo.

PREPARA IL LIEVITINO

Intiepidisci l'acqua e sciogli il lievito. Versa sulla farina e mescola. Copri e fai lievitare 30–40 minuti, finché compaiono bollicine e leggere fossette.

PREPARA L'IMPASTO

Togli 1 cucchiaino dai 380 g di farina e tienilo da parte (servirà per incorporare l'emulsione). Metti la farina nella ciotola della planetaria. Aggiungi lievito e latte/acqua. Mescola, poi inserisci metà tuorli e metà zucchero. Incorda con gancio o spirale, ribaltando spesso l'impasto. Aggiungi l'altra metà di tuorli e zucchero e lavora finché diventa liscio e compatto (15–20 minuti circa).

INSERIMENTO BURRO ED EMULSIONE

A impasto incordato, unisci il burro morbido impastato con il sale, poco alla volta. Quando il burro è assorbito, aggiungi l'emulsione poco per volta, insieme alla farina tenuta da parte. Non lavorare troppo l'impasto. Versione al cioccolato A fine impasto incorpora 100 g di gocce di cioccolato congelate.

Aumenta il lievito a 16 g se scegli questa versione.

PIEGHE, RIPOSO E FORMATURA

Fai riposare l'impasto 15 minuti. Esegui un giro di pieghe a U. Riposa altri 10 minuti. Arrotonda l'impasto, stringi il fondo e sistemalo nello stampo da pandoro: Stampo Stella → solo imburrato Stampo in alluminio → imburrato + zucchero a velo (altrimenti il pandoro resterà pallido)

LIEVITAZIONE

Lascia lievitare dalle 4 alle 7 ore, finché la cupola arriva al bordo dello stampo. Puoi favorire la lievitazione mettendo lo stampo nel forno con la luce accesa. Gestione notturna Se l'impasto cresce troppo rapidamente, copri lo e mettilo in frigo. Riprendi la lievitazione il giorno seguente fino al bordo.

COTTURA

Forno statico o ventilato preriscaldato a 160°–165°C Cuoci 40–45 minuti (stampo da 800 g) Al cuore deve raggiungere 94°C Raffredda 20 minuti nello stampo, poi su gratella.

CONSIGLI FINALI

Puoi impastare anche con Bimby (ciotola e ingredienti freddi), modalità spiga, evitando il surriscaldamento. Preferisci ingredienti freddi da frigo: aiutano a controllare la temperatura dell'impasto. Usa farine per grandi lievitati o una Manitoba/00 W 400.



RISTOR IMPIANTI

Arredamenti ed attrezzature professionali

www.ristorimpianti.com



Lo staff di RistorImpianti
vi augura Buone Feste e
Felice Anno Nuovo





DA FAUSTO
RISTORANTE

Catering & Banqueting

Piazza Cesare Beccaria, 6
Fondi (LT) Italy

Telefono: (+39) 0771531268
Web: www.dafausto.it





IL PANETTONE ARTIGIANALE

Ci sono prodotti che si assaggiano.
E poi ci sono prodotti che si ascoltano.

Il panettone di Fausto Ferrante appartiene a questa seconda, rarissima categoria: è un lievitato che non si limita a raccontare un gusto, ma una visione. Una visione che non si piega alle scorciatoie, che non rincorre la velocità, che non accetta compromessi.

È un panettone che nasce da un gesto lento, da un'attesa, da una dedizione.

È un panettone che vive.

La sua produzione non esiste 365 giorni l'anno, e non potrebbe essere altrimenti.

Il panettone di Fausto nasce **solo tra fine novembre e i primi di dicembre**, quando tutto rallenta e la cucina si trasforma in un laboratorio silenzioso.

È una produzione limitata, senza conservanti, senza additivi, con una scadenza breve che rivela la sua natura autentica.

La freschezza non è un dettaglio: è una dichiarazione di artigianalità.

Dietro ogni fetta c'è una ricerca maniacale delle materie prime.

Farine selezionate, capaci di sostenere lunghe lievitazioni. **Burro di altissima qualità**, profumato, pulito, mai invadente. **Uova freschissime**, oro vivo che dà luce all'impasto.

E poi i **canditi home made**, il segno più evidente della volontà di non scendere a patti: arance e cedri lavorati a mano, giorno dopo giorno, per una canditura naturale, brillante, perfetta.

Il gesto che divide chi "produce" da chi crea.

Lievito madre: il cuore che non dorme mai

Non si può parlare del suo panettone senza parlare del lievito madre.

Un lievito vivo, che respira, che chiede cura, che cambia con il clima e con il tempo.

Fausto lo nutre ogni giorno. Lo osserva. Lo ascolta. È un rapporto intimo, fatto di attenzione e rispetto.

È lui a dare struttura, equilibrio, identità.

È lui il cuore di tutto.

Il suo panettone ha un profumo che arriva prima ancora del sapore: burro pulito, agrumi veri, vaniglia che scalda, una mollica filante che sembra un velluto a strati.

La struttura è ariosa, elegante, mai stucchevole.

Il gusto è un equilibrio raro: profondo, luminoso, preciso. È un panettone che non somiglia a nessun altro.

Perché il panettone di Fausto **non imita**.

Interpreta. Ed è forse per questo che, senza proclami e senza clamore, è stato proprio il suo panettone a conquistare il pubblico all'evento **"Decant...iamo il Panettone 2025"**, aggiudicandosi il titolo di Panettone del Pubblico.

Un riconoscimento importante, accolto con la sua solita discrezione.

Non lo promuove lui — lo promuove il suo prodotto.

Un panettone così non si produce per necessità.

Si produce per amore.

Alessandra Conte

conquista il Panettone da Maestro 2025

ALFIO MIRONE

Ci sono storie che, per me, raccontano molto più di un concorso.

Sono storie di persone che cucinano non per mestiere, ma per necessità dell'anima.

E una di queste storie io ho avuto il privilegio di conoscerle.

*Ha il volto di **Alessandra Conte**, una donna che ho visto mettersi alla prova senza mai risparmiarsi.*

Ciociara, logopedista, mamma, moglie, impegnata in mille direzioni... eppure capace di trasformare ogni attimo libero in un passo avanti nell'arte dei lievitati.

Niente in lei è improvvisato.

Alessandra frequenta corsi, sperimenta, sbaglia, riparte.

La sua non è una semplice passione: è una disciplina lucida, costante, feroce.

Quella disciplina che, unita al talento, genera magia.

*E forse è proprio per questo che la sua vittoria al **Panettone da Maestro 2025** non mi ha stupito.*

Perché chi la conosce sa bene che Alessandra non smette mai di imparare.

E quando la passione incontra questa determinazione, anche una cucina di casa può diventare un laboratorio da grande maestro.





Il concorso, dedicato ai migliori panettoni casalinghi d'Italia, ha riunito quasi sessanta appassionati da tutto il Paese. Obiettivo: celebrare la cura del lievito madre, le fermentazioni, la qualità dell'impasto e degli ingredienti.

In questo contesto, Alessandra non ha solo partecipato: **ha brillato**, conquistando anche l'attenzione di un presidente di giuria d'eccezione, **Salvatore De Riso**, che ha premiato il suo panettone riconoscendone la pulizia aromatica, l'equilibrio e la precisione tecnica.

Il suo panettone ha affascinato i giurati senza artifici: solo metodo, pazienza e quella costanza feroce che distingue chi ama davvero ciò che fa.

A casa sua non si impasta "uno": si impastano otto, dieci, sedici panettoni. Tutti per amici, famiglia, persone care. Perché per Alessandra il panettone non è un prodotto: è un gesto d'amore.

La Ciociaria che studia, cresce e si fa rispettare

Questa vittoria non è solo sua: appartiene anche a una terra che sta vivendo un momento di consapevolezza gastronomica straordinario.

Una Ciociaria che investe, che viaggia, che cresce — e che, anche senza una giacca da chef, riesce a farsi notare nei contesti più importanti.

Alessandra dimostra che la cucina è cultura, crescita personale e dono. E che chi ama davvero

può raggiungere livelli tali da confrontarsi con i grandi, spesso superandoli.

Il concorso del **Molino Colombo** lo conferma: offre agli appassionati la possibilità di mettersi alla prova, imparare, confrontarsi e comprendere l'essenza di un lievitato perfetto.

E quando una ciociara arriva in cima, la soddisfazione è doppia.

Un messaggio che vale più di un premio

La vittoria di Alessandra racconta che il talento non ha orari, che la passione trova spazio tra lavoro, famiglia e impegni.

Ogni volta che scegli di impastare invece di riposare, di studiare invece di rimandare, stai costruendo qualcosa che un giorno parlerà per te. Oggi parla forte.

Parla di una donna che ha alzato il livello dell'home baking italiano.

Parla della Ciociaria che non smette di stupire.

Parla di tutti noi che amiamo questa terra e crediamo nella bellezza delle persone che la rappresentano.

A Alessandra Conte i nostri complimenti e la nostra stima:

non solo per aver vinto, ma per aver ricordato a tutti gli appassionati che dalla propria cucina si può arrivare lontano.

Molto lontano.



La Car

Norcineria

MACELLERIA - GASTRONOMIA
ENOTECA

La storia di 3 generazioni nell'arte della macelleria

LA.CAR. 2 srl NORCINERIA

PATRICA - Contrada Quattro Strade Tel. 0775.807177 Cell. 393.9876821

FROSINONE - Via Don Minzoni 57, Tel. 0775.1750199

www.lacar2norcineria.it





GAROFOLATO DI NATALE

STELLA DEL MORRONE – LA CAR, PATRICA (FR)

Ci sono piatti che non si cucinano: si custodiscono.

A dicembre, quando la Ciociaria profuma di legna e di attese, il Garofolato torna sulle tavole come un racconto antico, tramandato più con le mani che con le parole. È un secondo nobile, paziente, che chiede tempo e restituisce emozione.

Per il numero di Natale, Stella del Morrone lo reinterpretava con il tratto che la contraddistingue: rispetto assoluto della tradizione e scelta delle migliori materie prime. E per questo viaggio nel gusto trova un alleato naturale: La Car di Patrica, dove la carne non è soltanto un ingrediente, ma un atto d'amore verso la qualità.

Dal loro coscio di manzo nasce una preparazione che raggiunge la massima espressione.

Il risultato? Un Garofolato che scalda, accoglie e racconta la nostra terra in ogni fibra.

Un piatto da celebrare, non solo da servire.

INGREDIENTI

- 300 g di farina (tipo 1, 0 o 00) • 80 g di guanciale di maiale • 1 spicchio d'aglio • 1 rametto di maggiorana • 3 chiodi di garofano • 5 dl di vino rosso • 1 kg di coscio di manzo La Car • 1 cipollotto • 1 carota • 1 costa di sedano • 1 ciuffo di prezzemolo • 500 g di salsa di pomodoro • Noce moscata q.b. • Olio extravergine d'oliva • Sale e pepe

PREPARAZIONE

Taglia il guanciale a listarelle e passalo in un trito di aglio, maggiorana, un chiodo di garofano, sale e una macinata di pepe.

Versa il vino rosso in una ciotola capiente e immergi il coscio di manzo: lascialo riposare 12 ore, girandolo di tanto in tanto perché il vino lo avvolga in modo uniforme.

Terminata la marinatura, scolalo e pratica dei tagli profondi sulla carne, inserendo all'interno le listarelle di guanciale aromatizzate. Legalo con dello spago da cucina per mantenerne la forma durante la cottura.

Trita cipollotto, carota, sedano e prezzemolo. Falli rosolare in un tegame di terracotta con olio e i restanti

chiodi di garofano, fino a sprigionare un profumo caldo e avvolgente.

Aggiungi la carne e falla rosolare bene su ogni lato. Sala, pepa e profuma con una grattata leggera di noce moscata.

Bagna con un mestolo di vino della marinata; quando sarà evaporato, unisci la salsa di pomodoro. Copri il tegame e lascia cuocere a fiamma dolce per circa 3 ore, aggiungendo poca acqua solo se necessario.

Quando la carne è morbida e avvolta da un fondo lucido e aromatico, togliila dal tegame. Elimina lo spago, affetta con delicatezza e servi il Garofolato con il suo intingolo passato al setaccio: un concentrato di Ciociaria natalizia.



FRANTOIO CERQUOZZI

FRANTOIANI
DA 7 GENERAZIONI

Via Colicillo - 03022 Boville Ernica (FR)

Tel.: 3895807507



Olio Extra Vergine

QUANDO IL FRANTOIO SI SPEGNE

ALFIO MIRONE

Cosa ci lascia davvero la campagna olearia in Ciociaria

C'è un momento dell'anno in cui la Ciociaria sembra trattenere il fiato.

Succede quando l'ultimo carico di olive scende dalla bilancia, il nastro si ferma, il rumore del decanter rallenta e il frantoio chiude la porta.

È un attimo sospeso, quasi sacro: la fine della campagna olearia.

I pavimenti ancora umidi, l'odore verde che resta nell'aria, la luce morbida del pomeriggio che si infila tra le lame d'acciaio ormai fredde.

I frantoi spenti non fanno silenzio: conservano memoria.

Dentro quelle stanze rimangono tutte le mani che hanno raccolto, tutte le famiglie unite nei campi, tutte le risate attorno ai fazzoletti pieni di olive, tutte le attese, le ansie, le speranze.

Perché in Ciociaria l'olio non è un prodotto.

È un'eredità culturale.

È la voce delle colline, dei muretti a secco, dei secoli in cui l'olivo ha difeso la fame e ha illuminato le sere d'inverno.

E ogni dicembre, quando la campagna olearia finisce, abbiamo in mano qualcosa che non è soltanto un condimento:

abbiamo il racconto dell'anno appena vissuto.



L'olio nuovo è un rito di famiglia

Nei paesi, la scena è sempre la stessa, e per questo non invecchia mai:

una tavola di legno, una bruschetta calda, un filo dorato che cade piano.

Non serve altro.

Il primo assaggio dell'olio nuovo è il capodanno della terra.

È un gesto che attraversa le generazioni: i nonni insegnano ai nipoti a capirne il profumo, le madri attendono quel verde brillante per condire l'insalata di campo, i padri aprono la bottiglia come se fosse una promessa mantenuta.

È un rito che non ha bisogno di parole, solo di pane, mani pulite e un po' di silenzio rispettoso.

Tre oli, tre voci della nostra terra

In questo anno così particolare, tre oli hanno raccontato una storia di valore, ognuno a modo suo.

Non sono classifiche, non sono confronti: sono **presenze** che hanno segnato il gusto del 2025.

Frantoio Cerquozzi – Boville Ernica.

Un olio che parla con sincerità.

Profumi netti, puliti, verdi. Una qualità costante, riconoscibile, che quest'anno ho apprezzato più che mai: è l'olio che sembra nato per la cucina quotidiana, quello che non tradisce mai e che rende speciali anche i piatti più semplici.

La sua forza è la sua autenticità.

Alfredo Cetrone – Itrana che supera sé stessa.

Da anni è un riferimento assoluto, ma nel 2025 ha scritto un capitolo ancora più alto.

Un'Italia che vibra, fresca, elegante, profondamente territoriale.

Un olio capace di parlare ai tecnici, agli chef e ai consumatori con la stessa voce limpida e potente. Non sorprende che continui a superare l'eccellenza: è il risultato naturale di chi vive l'olio come una missione.

In Olea Salus di Cantina Monticiana – una rivelazione che conquista gli chef stellati.

Quest'anno si è superata.

Un olio che ha lasciato il segno nelle cucine più importanti, grazie a una struttura moderna, un profilo aromatico impeccabile e quella verticalità rara che piace a chi, l'olio, lo usa come ingrediente e non come comparsa.

È una delle sorprese più luminose della campagna olearia: un olio che non segue, guida.

Cosa resta davvero quando tutto si spegne

Resta la consapevolezza che la nostra terra possiede ancora un dono:

la capacità di trasformare il lavoro in emozione, la fatica in gusto, la tradizione in futuro.

Resta il pane abbrustolito nei camini delle case, le ricette di dicembre che aspettano solo una goccia di verde brillante, le famiglie che si ritrovano per assaggiare l'olio nuovo come se fosse un battesimo annuale.

Resta la certezza che **la campagna olearia non finisce con il frantoio che chiude.**

Ricomincia in ogni cucina, ogni volta che una bottiglia si apre.

E resta soprattutto il senso di appartenenza.

Perché l'olio, qui, non è solo qualcosa che mettiamo sul piatto.

È ciò che siamo.



In Olea Salus

L'Olio "In Olea Salus" di Monte San Giovanni Campano è la stella indiscussa dei migliori chef nel mondo.

La sua freschezza, il suo aroma e i suoi profumisi fondono con le abilità dei migliori chef al mondo, creando piatti straordinari.

“

DESTINAZIONI CULINARIE:

Alain Passard -arpège -Paris France

Olivier Nasti- le Chambard- Alsace France

Christophe Pauly-lecoqaux champs Belgique

Toma- Thomas Troupin Liège Belgique

L'eau-vive pierre Résimont Belgique

Trois visages Tokyo Japon

Via di Selva Piana, 44
Monte San Giovanni Campano
Tel. +39 366 148 1059
info@cantinamonticiana.it
www.cantinamonticiana.it





DAL PATRICANO
HOTEL - RISTORANTE - SPA



S.S. Monti Lepini, Km 11,300 PATRICA (FR) Tel. **+39 0775 222459** - info@dalpatricano.it



PANGIALLO PATRICANO

La tradizione più antica delle Feste, rivisitata dalla Famiglia Pellegrini

Ci sono dolci che non arrivano semplicemente in tavola: arrivano con il peso della storia, con il profumo dei ricordi e con il valore dei gesti tramandati. Il Pangiallo Patricano della famiglia Pellegrini appartiene a questa categoria preziosa. Ogni anno, durante le Feste, ritorna puntuale come un rito, uguale a sé stesso eppure sempre capace di emozionare.

Come ogni ricetta antica, anche il pangiallo ha mille versioni: è diffuso nel Lazio, in Umbria, in Toscana e in tutto il Centro Italia. Ma quello dei Pellegrini ha un carattere che non si dimentica: frutta secca ricca, miele profumato, agrumi e l'inconfondibile cioccolato.

Un dolce che racconta chi lo prepara.

INGREDIENTI PER 4 PANGIALLI

PER L'IMPASTO: • 200 g mandorle pelate • 200 g noci • 200 g nocciole pelate • 100 g pinoli • 100 g canditi • 300 g uva passa • 200 g farina 00 • 200 g miele • 150 g cioccolato • Scorza grattugiata di 1 arancia • Scorza grattugiata di 1 limone

PER LA GLASSA AL CIOCCOLATO: • 200 g cioccolato fondente (70% consigliato) • 20 g burro • 1 cucchiaino di miele (facoltativo, per lucidare)

PREPARAZIONE

BASE DEL PANGIALLO

Riscalda il miele in un pentolino fino a renderlo fluido insieme alla scorza di arancia e limone.

Metti l'uva passa in ammollo per 30 minuti, poi strizzala.

Trita grossolanamente tutta la frutta secca. Raccoglila in una ciotola con canditi, uvetta e cioccolato tritato. Unisci il miele caldo e mescola bene. Aggiungi la farina poco alla volta fino a ottenere un composto compatto e ben amalgamato.

FORMATURA

Con le mani leggermente infarinate forma quattro panetti. Disponili su una teglia e lasciali riposare 2 ore.

COTTURA

Inforna a 180°C per circa 40 minuti, finché la crosticina superiore non sarà ben dorata.

GLASSA AL CIOCCOLATO

Sciogli il cioccolato fondente a bagnomaria insieme al burro, mescolando fino a ottenere una crema liscia e lucida. Se desideri un effetto ancora più brillante, aggiungi un cucchiaino di miele.

Lascia intiepidire leggermente.

Lascia riposare il pangiallo almeno 24 ore prima di gustarlo: il miele, gli agrumi e il cioccolato avranno il tempo di armonizzarsi, regalando un dolce ancora più profumato, ricco e avvolgente.



LA TREGUA DI NATALE

Livia Gualtieri

Il Natale, in questi ultimi anni, si accompagna ad un momento storico altamente conflittuale. Dopo decenni di stabilità e relativa tranquillità, stiamo vivendo un'epoca di forte contrapposizione che sembra farci fare un salto all'indietro, riportandoci pericolosamente verso logiche di sopraffazione e scontro. Epidemie, guerre, operazioni militari, tutto incrina quello che dovrebbe essere un ambiente di serenità conquistata, il secolo scorso, al prezzo di molte vite umane e molte sofferenze. Il genere umano è un pessimo allievo e sembra non imparare molto dai propri errori, mosso da avidità e smania di potere. Eppure in lui, oltre a questi istinti più biechi, dovrebbe coesistere una scintilla di amore capace di vedere oltre gli interessi e scandagliare, non solo gli abissi del Male,



ma anche le profondità del Bene. Un episodio della storia, prova del fatto che la fratellanza potrebbe prevalere sul conflitto, è la cosiddetta Tregua di Natale.

Durante la Prima Guerra Mondiale, il Natale del 1914 vedeva migliaia di soldati di tutte le parti in guerra patire i rigori dell'inverno e la crudeltà delle armi nelle trincee europee. E, nonostante gli uomini di potere non vedessero quei giorni come qualcosa di diverso o di sacro, quelli al fronte seguirono un istinto di pace spontaneo, dettato dal sentimento di fratellanza che le festività ispiravano. Per tutti, indipendentemente dalle idee, dalla nazionalità e dagli ordini ricevuti, trascorrere il Natale lontano da casa e dagli affetti più cari, al gelo, con lo spettro della morte come compagno stretto, era un dolore

insopportabile. E il desiderio di tornare a casa il primo obiettivo. Senza nulla di prestabilito, in modo spontaneo, sui diversi lati delle trincee, cominciarono a diffondersi canti natalizi. Erano - e sono - così universalmente noti, che ciascuno poteva intonarli nella propria lingua madre. Le armi tacquero, alcuni uomini uscirono allo scoperto con le mani alzate e, presto, quelli che erano nemici, si ritrovarono a fraternizzare, presentarsi, stringere mani e improvvisare scambi di piccoli doni, come tabacco, cioccolata e perfino bottoni. Ci furono barbieri che prestarono la loro opera, partite di calcio improvvisate e, soprattutto, la possibilità di recuperare i rispettivi caduti per riportarli tra i compagni. I canti sostituirono il rombo dei cannoni, le strette di mano il guizzo delle baionette e uomini provenienti da paesi fra loro ostili, si scoprirono simili nel loro desiderio di Pace e di Casa. Questi episodi furono poi ritenuti indegni da coloro che comandavano e persino negati, in un tentativo di mistificazione della realtà volto ad alimentare le logiche di conflitto. Ma coloro che li avevano vissuti ed erano tornati, o ne avevano scritto il racconto nelle proprie lettere, resero immortale ciò che dimostrava che i motivi di essere fratelli sarebbero più forti di quelli di divisione, se solo si ammettesse che siamo uguali sotto lo stesso cielo. E proprio questo è lo Spirito del Natale: unione, fratellanza, pace. Ciò che dovrebbe renderci esseri "umani", non solo per una casualità genetica, ma per una scelta di cuore.



Ornella Vanoni



Per dirti grazie, Ornella: noi di Ciociaria&Cucina lo facciamo con il tuo dolce



Ornella Vanoni, quando una voce diventa sapore

A volte non serve tornare alle sue canzoni per ricordarla: basta pensare al modo in cui parlava del cibo.

Senza veli, senza pudore, senza quella distanza a cui molti artisti si affidano per proteggersi.

Ornella era l'opposto: **entrava nelle cose**, le mordeva, le assaporava.

E forse per questo, oggi, anche il mondo della cucina sente il bisogno di salutarla.

Perché Ornella non ha insegnato solo a **interpretare una canzone**.

Ha insegnato a interpretare la vita, e quindi anche la tavola.

Lì dove il gusto si fa sentimento, e il sentimento diventa racconto.

Il suo modo di evocare un sapore – il cioccolato, il lampone, lo zucchero a velo, il risotto – era già una forma di teatro.

Un gesto scenico fatto di aromi, di lentezza, di seduzione naturale.

Niente forzature, niente artifici: semplicemente lei, con quella voce che sapeva diventare burro fuso o nota graffiante, secondo il momento.



Una Milano che profuma di risotto e libertà

Nella sua Milano, quella dell'oro dello zafferano e delle notti lunghe, Ornella aveva trovato un rifugio semplice: il risotto.

Lo amava nella sua versione più vera, quella “al salto”, fatta con ciò che resta, con ciò che si recupera, con quello che la vita ti consegna il giorno dopo.

Un piatto che le assomigliava: **imperfetto, diretto, sincero, senza bisogno di presentazioni.**

Eppure, quando arrivava il momento del dolce, tutto cambiava.

La Vanoni più intensa, quella più pericolosa, prendeva in mano il cioccolato e lo trasformava in un inno alla seduzione.

Anni Sessanta, una rubrica che chiedeva una ricetta, e lei risponde con un sorriso sornione:

“La **Bomba Nera**.” Non un dolce: una dichiarazione d'intenti.



Il nostro saluto

Come redazione – come persone che raccontano la cucina tutti i giorni – abbiamo sentito il bisogno di salutare Ornella **nel suo linguaggio più intimo**: quello del gusto.

Un modo per dire grazie a una donna che ha reso il cibo un atto narrativo, un simbolo di libertà, una forma di sensualità rara.

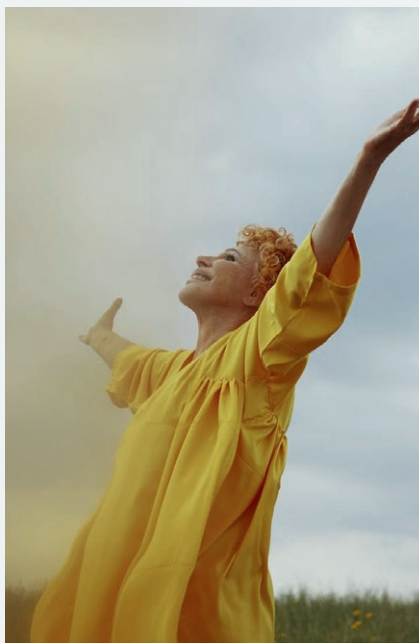
La cucina italiana perde una voce.

Ma il suo modo di stare ai fornelli – tra ironia, istinto e malizia – resta qui, vivo, elegante, irripetibile.

E allora l'omaggio più sincero è questo:

riportare la ricetta che lei stessa aveva donato, custodita come una piccola provocazione di altri tempi.

Un dolce che racconta tutto il suo carattere.



La storia della Bomba Nera

Nata negli anni '60, la **Bomba Nera** non era un dolce comune: era un piccolo gesto di scena. Ornella Vanoni la presentò per la prima volta in una rubrica dell'epoca, dove agli artisti veniva chiesto di “raccontarsi” attraverso una ricetta. Lei, con la sua ironia elegante e un filo di malizia, scelse questo dessert a cupola ricoperto di cioccolato fondente, dichiarando che fosse “in carattere” con i suoi anni della *mala milanese*.

La struttura semplice—guscio di cioccolato, panna, zabaglione e canditi—racchiudeva tutto il suo stile: intenso, diretto, sensuale.

Da allora la Bomba Nera è diventata un piccolo cult, raro e custodito, un dolce che porta con sé il sapore autentico di un'Italia che cambiava e di una donna che non ha mai smesso di essere unica.

LA BOMBA NERA DI ORNELLA VANONI



Ingredienti

Per la copertura

2 tuorli
120 g di zucchero a velo
100 g di burro morbido
180 g di cioccolato fondente
3 cucchiaini di latte
Essenza di vaniglia
Maraschino per bagnare lo stampo

Per il ripieno:

Panna fresca montata
Zabaglione
Frutta candita a dadini

Servizio

Sforma la bomba capovolgendola su un piatto da portata.
Lascia ammorbidire 10–15 minuti a temperatura ambiente prima di servire, affinché ritrovi la sua consistenza perfetta: viva, cremosa, profumata di cioccolato e maraschino.

Preparazione

Prepara lo stampo

Scegli uno stampo semisferico (tipo charlotte), da 14–16 cm di diametro. Bagna leggermente le pareti interne con un velo di maraschino: servirà a profumare e ad aiutare la presa della crema al cioccolato.

Prepara la crema di copertura

Monta i tuorli con lo zucchero a velo fino a ottenere una crema chiara.

Unisci il burro morbido e lavora fino a renderla liscia.

A parte, sciogli il cioccolato fondente con i tre cucchiaini di latte; incorpora la vaniglia e poi unisci il tutto alla crema di tuorli e burro.

Devi ottenere una crema corposa e vellutata, adatta a rivestire le pareti dello stampo.

Rivesti lo stampo (“intonacare la bomba”)

Con una spatola, spalma la crema di cioccolato su tutte le pareti interne dello stampo, creando uno strato uniforme e spesso.

Questa sarà la struttura esterna della Bomba Nera.

Metti lo stampo in freezer per 1 ora, finché il guscio non si solidifica.

Farcisci l'interno

Quando la copertura è ben soda, riempi la cavità con:

uno strato iniziale di panna montata

uno strato di zabaglione

una manciata di dadini di frutta candita

un ultimo strato di panna montata per richiudere

Riposo finale

Rimetti lo stampo in freezer per alcune ore, fino a completa stabilizzazione.



**LOCANDA
DEL CERTOSINO**
COLLEPARDO

Cucina rurale contemporanea



Piazza della libertà, 2, 03010 Colleparado (FR)
info e prenotazioni: **0775 147 0050**

TERRINA D'AGNELLO DEI MONTI DI COLLEPARDO

GIORGIO ALESSIO BRACAGLIA

Un secondo che racconta la Locanda del Certosino, la sua autenticità, e il modo in cui il territorio sa trasformarsi in emozione ogni volta che arriva in tavola. Nel menu di Natale trova il suo posto naturale questa terrina d'agnello: un piatto che nasce dalla pazienza e dalla materia prima, che si compatta come un ricordo e si scalda come un ritorno a casa.

Lo chef lo firma con la delicatezza che lo contraddistingue: una preparazione essenziale, sincera, che porta in tavola il sapore dei Monti di Collepardo senza bisogno di artifici. Un gesto d'amore per le feste, da condividere.



INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

• 800 g agnello a pezzi misti (spalla, petto, coscia) • 1 costa di sedano • 1 carota • 1 cipolla • 1 cipollina fresca • 1 rametto di rosmarino • 2 foglie di salvia • Un pizzico di origano • ½ bicchiere vino bianco • Sale e pepe • Olio extravergine d'oliva

PER LA CREMA DI ZUCCA

• 500 g polpa di zucca (a cubi) • 1 spicchio d'aglio intero in camicia • 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva + un filo a crudo • 1 rametto di rosmarino • Sale

PER IL CONTORNO

• Broccoletti saltati oppure patate al forno

**PREPARAZIONE**

Tritare sedano, carota e cipolla. Scaldare un filo d'olio in un tegame e lasciare appassire dolcemente il trito. Unire la cipollina fresca, il rosmarino, la salvia e un pizzico di origano, lasciando che gli aromi insaporiscano l'olio.

Sfumare con vino bianco e far evaporare completamente. Rimuovere rosmarino e salvia, quindi aggiungere i pezzi di agnello. Regolare di sale e pepe e mescolare per distribuire i profumi. Coprire e cuocere a fiamma molto bassa per 1–1,5 ore, fino a ottenere una carne tenerissima.

Una volta pronta, lasciare restringere il fondo di cottura fino a ottenere una salsa densa e lucida.

Trasferire l'agnello su un tagliere e spezzettarlo con due forchette, mantenendo una consistenza rustica. Rivestire uno stampo da plumcake con carta forno e compattare l'impasto ancora caldo all'interno, eliminando eventuali vuoti d'aria. Lasciare raffreddare, quindi coprire e riporre in frigorifero per almeno 8 ore.

Il giorno successivo tagliare la terrina a fette spesse circa 3 cm. Scaldare una padella antiaderente con

un filo d'olio e rosolare le fette da entrambi i lati fino alla formazione di una crosticina dorata.

CREMA DI ZUCCA

Disporre la zucca su una teglia rivestita di carta forno. Aggiungere lo spicchio d'aglio in camicia e il rametto di rosmarino intero. Condire con 2 cucchiaini d'olio extravergine e un pizzico di sale.

Cuocere in forno a 180–190°C per 30–35 minuti, finché la zucca risulta morbida e leggermente caramellata sui bordi.

Eliminare aglio e rosmarino.

Trasferire la zucca ancora calda in un contenitore alto, aggiungere un filo d'olio a crudo e frullare con un minipimer fino a ottenere una crema liscia e vellutata.

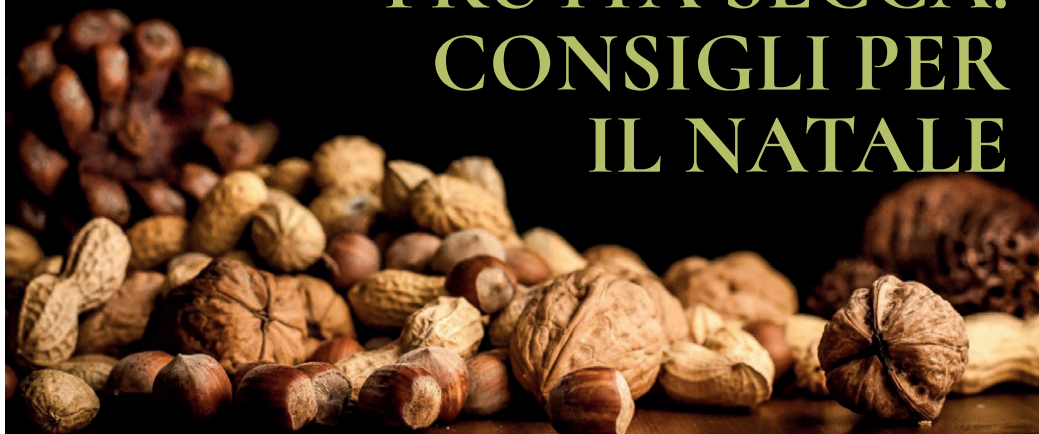
SERVIZIO

Velare il piatto con uno strato di crema di zucca.

Adagiare al centro una fetta rosolata di terrina d'agnello.

Completare con broccoletti saltati o il contorno scelto. Servire caldo.

FRUTTA SECCA: CONSIGLI PER IL NATALE



ALESSIA FEOLA

La frutta secca è un alimento immancabile della tradizione natalizia italiana. La troviamo in un'ampia scelta di dolci, dal panettone al torrone, dal panpepato alle preparazioni con pesce, carne e verdure. Include sia la frutta a guscio (oleaginosa) sia quella disidratata.

La frutta a guscio (noci, nocciole, mandorle, pinoli, arachidi, pistacchi, castagne, noci di cocco) è povera di zuccheri e ricca di grassi, soprattutto acidi grassi insaturi e polinsaturi omega-6 e omega-3. Poiché i grassi vengono distrutti dal calore, è sconsigliato consumarla tostata. È inoltre ricca di fibre (le mandorle ne contengono più di tutte), povera di acqua e caratterizzata da una buona quantità di proteine. Le vitamine maggiormente presenti sono la E e quelle del gruppo B, mentre tra i sali minerali prevalgono magnesio, potassio, ferro, rame, fosforo e calcio.

Le oleaginose non contengono glutine.

Questo gruppo alimentare offre numerosi benefici per la salute: grazie agli acidi grassi polinsaturi e alla vitamina E protegge a livello cardiovascolare e aiuta a ridurre il colesterolo LDL; migliora la funzionalità intestinale e favorisce il senso di sazietà per merito delle fibre, svolgendo anche un'azione antiossidante. Inoltre, il consumo regolare è associato a un miglioramento della funzione cerebrale e a un rallentamento del declino cognitivo legato all'età. Va ricordato che si tratta di alimenti tra i più

allergizzanti, soprattutto in età pediatrica. Sono ricchi di nichel: chi presenta allergia a questo metallo dovrebbe evitarli. Sono sconsigliati in caso di ulcere, gastrite e colite a causa dell'elevato contenuto di fibre. I pistacchi sono da evitare in caso di fenilchetonuria e iperuricemia.

Questi alimenti hanno un apporto calorico molto alto e andrebbero consumati con moderazione e lontano dai pasti. Sono ottimi a colazione o come spuntino, magari abbinati a yogurt o latte. La porzione ideale è di circa 30 grammi, da consumare 2-3 volte a settimana, variando il tipo per ottenere un profilo nutrizionale più completo. Sono indicati prima e dopo l'allenamento come snack energetico e anche per le donne in gravidanza (le nocciole, ad esempio, sono ricche di folati... ma anche di calorie!).

È sempre meglio preferire le versioni al naturale e non salate, poiché contengono già una minima quota di sale che, sommata a quella aggiunta, può incidere su pressione e ritenzione idrica.

La frutta disidratata comprende datteri, fichi, albicocche, prugne e uva passa. Il nome deriva dal processo di essiccamento che avviene subito dopo la raccolta. È ricca di zuccheri e fibre e povera di grassi, oltre a costituire una buona fonte di sali minerali e vitamine. L'uva passa è particolarmente ricca di potassio e fibre; le prugne contengono vitamina A, beta-carotene e molte fibre, utili per regolarizzare la funzionalità intestinale; i fichi possiedono proprietà antinfiammatorie e lassative. Per il loro contenuto di zuccheri, questi alimenti sono da evitare nei pazienti diabetici.



Via Arringo, 5 • 03016 Guarcino (FR)
Tel.: +39 333 764 7355 • info@lamarettodiguarcino.com
www.lamarettodiguarcino.com



SERPENTONE DI GUARCINO

Il dolce che governa dicembre

REDAZIONE DEL GUSTO

Ogni anno, tra le eccellenze del nostro territorio, c'è un prodotto che reclama il suo spazio come pochi altri: il **Serpentone di Guarcino**.

Non è un dolce di circostanza, né una ricetta da allegare alle feste: è un appuntamento.

Quel tipo di appuntamento che il lettore del nostro magazine riconosce come un segno di dicembre, allo stesso modo in cui a novembre lo è stato il Pecorino di Picinisco.

A Guarcino, il Natale non arriva con le luminarie: arriva con una fila.

Una fila che curva sotto il vento freddo, attraversa i vicoli e finisce sempre davanti alla stessa porta: *L'Amaretto di Guarcino*.

Chi è del posto lo sa: il profumo che esce da quel forno segna l'inizio della festa.

Il Serpentone non è un dolce qualunque.

È quell'unico prodotto che ogni anno manda in tilt le prenotazioni, che supera la produzione, che qualcuno perde per un soffio — e allora aspetta l'anno dopo.

Perché il Serpentone non si compra: si conquista. Ed è proprio questa sua natura rara, desiderata, rituale, che lo rende degno di essere il **protagonista di dicembre** nella nostra rubrica dedicata ai tesori della Ciociaria.

Le sue radici affondano nei riti antichi, quando il serpente rappresentava la rinascita e il ciclo della vita. Una simbologia rimasta intatta anche oggi, nella sua forma arrotolata che racconta il tempo, la continuità, il ritorno.

E mentre il mondo corre, Guarcino si prende una

pausa: una pausa di identità.

La preparazione, nelle mani di **Federica Verdecchia**, non è un gesto tecnico: è un rito.

La sfoglia tirata a mano. La frutta secca tritata con cura. Il miele che lega. Il cioccolato fondente che dà profondità. La Sambuca Sarandrea che vibra come un richiamo.

Ogni passaggio è una dichiarazione d'amore verso un paese che crede nelle sue tradizioni e le difende.

Quando il serpentone prende forma, avvolto e vivo come un movimento congelato, tutto guadagna un senso.

È in quell'istante che capisci perché questo dolce non merita una semplice citazione tra i sapori natalizi, ma un racconto dedicato.

Un dolce che, senza clamore, ha lo stesso valore identitario dei grandi lieviti italiani.

Non dico come il panettone — ma quasi.

Ed è per questo che, in queste pagine, gli dedichiamo il suo mese.

Per rispetto. Per giustizia.

Perché se c'è un prodotto capace di definire dicembre in Ciociaria, è lui.

Il Serpentone di Guarcino non migliora il Natale: lo rende riconoscibile.

È un pezzo di storia, una promessa che ritorna, un gesto che unisce un intero borgo.

E noi continuiamo a raccontarlo perché certe tradizioni non devono sopravvivere: devono regnare.

La ricetta segue a pag. 52

Il Serpentone natalizio di Guarmino

Il Serpentone di Guarmino non è un semplice dessert natalizio: è memoria, territorio, poesia.

Ogni fetta porta con sé una storia lunga secoli, il profumo dei forni del borgo e la passione di chi continua a far vivere questa tradizione.

Chi arriva a Guarmino durante le feste lo capisce subito: il Natale, qui, ha la forma dolce e avvolta di un serpentone.

INGREDIENTI PER 4 SERPENTONI

Per la sfoglia

3 uova
500 g di farina
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
3 cucchiaini di zucchero
Sambuca Sarandrea
Scorza di limone grattugiata • Sale

Per il ripieno

300 g di noci
200 g di mandorle
150 g di pinoli
200 g di nocciole
200 g di cioccolato extra fondente
250 g di zucchero
200 g di uvetta sultanina
Miele
Scorza di limone grattugiata

PREPARAZIONE

La sfoglia: Mescola la farina con la scorza di limone, la Sambuca Sarandrea, lo zucchero, il sale e l'olio.

Lavora fino a ottenere un composto liscio, poi avvolgilo e lascialo riposare 30 minuti in frigorifero.

Il ripieno: In un mixer unisci zucchero, scorza di limone, Sambuca e tutta la frutta secca.

Trita grossolanamente e amalgama fino a una consistenza uniforme.

La forma: Stendi la sfoglia molto sottile (1 mm), forma un disco di 40 cm e distribuisce il ripieno.

Aggiungi qualche cucchiaino di miele, poi arrotola con delicatezza creando la tipica forma di serpente.

Sigilla i bordi con un po' d'acqua.

La cottura: Disponi il serpentone in una teglia con carta forno unta.

Spennella la superficie con olio e cuoci a 220°C per 30–45 minuti, finché dorato e croccante.



ZED

ZEDSTORE.COM



NUOVA COLLEZIONE

EMME

Frosinone
Via Aldo Moro, 131
Tel. 0775.1431688

Sora
Via XX Settembre, 53
Tel. 0776.82001

Sora
Corso Volsci, 113
Tel. 0776.282908

M. San G. Campano
Via Boccafolle, 42
Tel. 0775.891183

Ceccano
Via Madonna
della pace, 113
Tel. 0775.601054

Isola del Liri
Corso Roma, 23 - 25
Tel. 0776.807233



Chiusura Autenticità Coscienza

*Si avvicina la fine dell'anno
ed è un momento quasi
obbligato di riflessione.*

Paola Pisano



Ci sono voci che non passano: restano.

E questo mese, più di ogni altro, lo sentiamo con chiarezza. Il nuovo articolo di Paola Pisano non è soltanto un contributo: è una soglia. Una chiusura che profuma di continuità, una pausa che sa di promessa, un respiro che prepara il passo successivo.

Nel suo articolo, Paola cita Montecassino, il luogo dove iniziò la sua rubrica e dove si troverà di nuovo quando questo numero uscirà.

Un ritorno che non è nostalgia, ma riconoscimento: quando qualcosa lascia un segno autentico, torna sempre al punto da cui è nato.

E oggi quella voce si ferma un momento — non per mancanza, ma per impegno, per un nuovo progetto che la assorbirà profondamente.

Ci mancheranno le sue parole.

Lo dico io, ma lo dice anche la nostra redazione ogni volta che arrivano i messaggi dei lettori: sono tanti, continui, affettuosi. Lettori che hanno trovato nella sua scrittura una compagnia discreta, un rifugio, un pensiero che li ha fatti respirare meglio.

In questa pagina, Paola ci affida tre parole che diventano bussola: autenticità, coscienza, trasformazione.

Non concetti astratti, ma gesti quotidiani.

Non intenzioni, ma direzioni.

Le offre a sé stessa per il nuovo anno — e, inevitabilmente, le offre anche a noi.

A chi legge, a chi scrive, a chi vive questo magazine come un luogo di incontro, di scambio, di umanità.

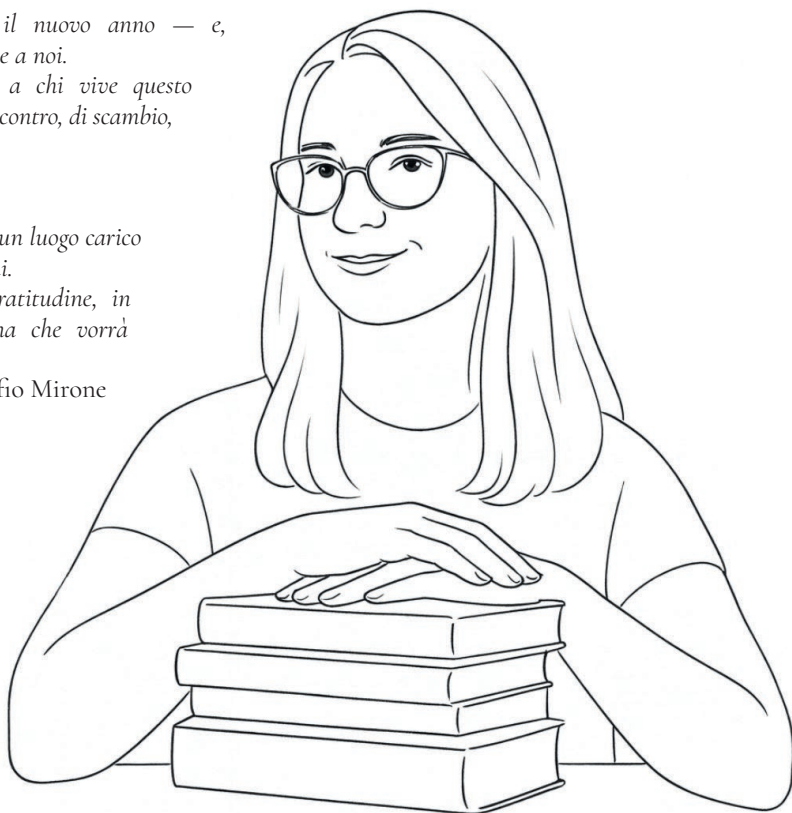
La sua non è una fine.

È un arrivederci.

Un punto e virgola scritto in un luogo carico di storia, di silenzi e di visioni.

E noi restiamo qui, con gratitudine, in attesa della prossima pagina che vorrà regalarci.

Alfio Mirone



Chiusura

Si avvicina la fine dell'anno ed è un momento quasi obbligato di riflessione. Guardiamo ai mesi che abbiamo lasciato alle spalle e, in questo mese di dicembre, proiettiamo i nostri

sogni verso l'anno che verrà. Quando queste parole usciranno nel prossimo numero, io sarò nello stesso posto in cui ho scritto la mia prima rubrica: Montecassino. Sarò tra i libri della



biblioteca dell'Abbazia, tra le parole, tra l'aria della Ciociaria. Possiamo dire un full circle, una rinascita e una chiusura per questa rubrica perfetta.

Ed è proprio in queste settimane di intensa introspezione che mi affido alle parole e agli scritti che sono stati condivisi in questo anno. Questa rivista e questa rubrica mi hanno dato l'opportunità di esprimere le mie opinioni, i miei sentimenti e le mie esperienze. Attraverso questa lingua, la mia terza lingua, ma quella in cui ho trovato inaspettatamente libertà, ho potuto dire cose che forse non avrei saputo dire altrove. Ho ricalibrato idee, dato forma a pensieri sospesi, e mi sono nutrita delle parole degli

altri collaboratori come ci si nutre in una buona tavolata: con gratitudine e curiosità.

Il magazine Ciociaria & Cucina non è un semplice archivio di sapori e storie vere. È molto di più. C'è un filo rosso che attraversa tutti i suoi contenuti: parole che ho trovato nelle pagine che ho letto, e che ho cercato di abitare, a modo mio, in quest'anno. E ora voglio che siano, come dicono gli americani, le mie resolutions, i miei

propositi per l'anno prossimo.

In questi mesi, alcune parole sono tornate più spesso di altre. All'inizio sembravano solo idee sparse nei margini dei miei pensieri, poi si sono fatte compagne di viaggio. Le ho riconosciute nei gesti quotidiani, nei testi scritti e riscritti, nei dialoghi difficili, nei silenzi. Queste parole sono il sapore del magazine, che ora profuma anche la mia vita.

Autenticità

L'atto di essere contrari alla condizione superficiale e impersonale in cui spesso ci si adatta per non disturbare. L'autenticità è la qualità che più ho cercato: nel modo in cui scrivo e nel modo in cui vivo. Quest'anno l'ho sentita soprattutto nei momenti in cui ho detto no, anche quando avrebbe fatto comodo dire sì. Quando ho scritto con il mio cuore, senza preoccuparmi di cosa penseranno di me, se sono intensa o rara o se verrò incasellata in paragoni rigidi e strutturati. Il magazine promuove questa stessa autenticità: nei prodotti raccontati, nei paesaggi interiori condivisi, nella scelta di valorizzare ciò che non è preconfezionato. Ma che cosa significa essere autentici nell'era della superficialità? Come restare fedeli a sé stessi in un mondo che urla al conformismo? Non è solo il cibo a meritare autenticità. Lo è anche il modo in cui comunichiamo, le decisioni che prendiamo ascoltando i nostri cuori, e la maniera in cui desideriamo abitare questo mondo. Un'autenticità che si riflette non solo nelle parole, ma che si accompagna alle azioni. Azioni che nascono dal desiderio di acquisire consapevolezza e contribuire, anche solo con piccoli gesti, a un mondo migliore.

Coscienza

Credo che sia il passo più naturale quando si sceglie l'autenticità. Come se, smettendo di fingere, le voci interiori cominciassero a parlarti più chiaramente. Ho capito che la coscienza non è sempre una voce grave e forte. A volte è un sussurro che ti fa correggere una riga, cambiare strada, o alzarti di fronte alle ingiustizie con la fronte alta e il coraggio di denunciarle. La

coscienza, per me, è diventata la misura silenziosa di tante scelte. Nel contesto di questa rivista, è anche il suo motore etico: spinge la narrazione oltre la mera gastronomia, verso temi di giustizia sociale, ecologia, responsabilità personale e collettiva, locale e internazionale.

Due passi, autenticità e coscienza, che portano inevitabilmente alla terza parola.

Trasformazione

Non quella da annunciare, ma quella più difficile da riconoscere: lenta, quotidiana, silenziosa. Non sono una persona che resiste al cambiamento. Eppure, in più di un'occasione, mi sono ritrovata davanti a trasformazioni tanto personali quanto professionali, e le ho affrontate con paura, ma con coraggio. Alcune sono arrivate come vento improvviso, altre come decisioni maturate lentamente. Tutte, però, hanno lasciato una traccia. La trasformazione è il processo dinamico che permette all'individuo di evolvere, anche

quando è scomodo. In alcuni casi, onorando le tradizioni senza tradirne le radici; in altri, prendendo le distanze da ciò che non è più allineato con il nostro modo di stare al mondo.

Queste parole sono l'aria che si respirano nel magazine e non sono solo una chiusura: sono una bussola con cui immagino il mio 2026.

E invito chi legge a fare lo stesso: a trovare le sue parole e ad abitarle nel modo che renda più felice la propria vita.

Buon Natale e Buon Anno a tutti!



CROCCHETTA DI FAGIOLI AZUKI CON MAIONESE VEGANA E TARTUFO FRESCO

ALA BALABYSCHKINA



A Natale, prima ancora dei grandi pranzi, c'è un momento che amiamo tutti: l'aperitivo preparato in casa, quello che accoglie gli ospiti con un sorriso e un piccolo gesto di cura. Per questo numero abbiamo scelto una proposta che racconta perfettamente lo spirito delle feste: le Crocchette di fagioli azuki con maionese vegana e tartufo fresco, un boccone elegante e sorprendente firmato dalla chef Ala Balabyschkina.

Un antipasto croccante, profumato, totalmente vegetale, pensato per aprire il Natale con leggerezza e creatività. Piccole sfere che parlano di casa, di attenzione e di quella magia semplice che solo le ricette delle feste sanno regalare.

INGREDIENTI:

Per circa 24 crocchette, la quantità varia in base alla dimensione delle sfere

PER LE CROCCHETTE

- 500 g fagioli rossi (o altri legumi a scelta)
- 150 g patata bollita
- 50 g miso chiaro
- 10 g salsa di soia
- 150 g tofu (per il cuore)
- Olio extravergine d'oliva

PER LA MAIONESE VEGANA

- 100 ml olio di semi
- 50 ml latte d'avena non zuccherato o latte di mandorle o di soia
- 10 g aceto di mele
- 5 g senape delicata
- 2 g sale fino
- 1 g pepe bianco

PER LA PANATURA

- 250 g panko

PER LA FRITTURA

- 1 l olio di semi

PER LA GUARNIZIONE

- Tartufo fresco
- Fiocchi di sale affumicato

PREPARAZIONE

CROCCHETTE DI FAGIOLI

Mettete in ammollo i fagioli il giorno precedente. Cuoceteli in abbondante acqua seguendo i tempi riportati sulla confezione.

Cuocete le patate in acqua salata.

Una volta pronti, scolate fagioli e patate e passateli nello schiacciap patate fino a ottenere un composto omogeneo.

Unite miso e salsa di soia e amalgamate bene.

Tagliate il tofu in piccoli cubi e rosolatelo brevemente in padella con poco olio: costituirà il cuore della crocchetta.

Formate delle sfere inserendo al centro un pezzetto di tofu.

Passate ogni crocchetta nel panko e friggete in olio caldo fino a doratura. Scolate su carta assorbente e lasciate intiepidire.

MAIONESE VEGANA

Nel bicchiere alto versate: latte vegetale a temperatura ambiente, senape, aceto, sale e pepe.

Frullate con il minipimer alla massima velocità senza sollevare la punta.

Quando compare la prima emulsione bianca iniziate a versare l'olio a filo.

Continuate per circa 3 minuti, fino ad ottenere una maionese liscia e stabile.

Trasferite in un contenitore pulito e conservate in frigorifero.

IMPIATTAMENTO

Disponete le crocchette nel piatto, aggiungendo un ciuffo di maionese.

Grattugiate generosamente il tartufo. Terminare con fiocchi di sale affumicato.



**Nonna
Pitta**

Formaggi e latticini
genuini come
le nostre bufale

  [Nonnapitta.com](https://www.nonnapitta.com)

Via Selvina, 9, 03021 Amaseno FR
329 417 7684

LA MOZZARELLA CHE FA NATALE



REDAZIONE DEL GUSTO

Ci sono prodotti che sanno evocare il Natale solo a pronunciarli. Non perché siano legati a una ricetta specifica, ma perché portano con sé l'idea stessa di casa, intimità e qualità.

Nonna Pitta è una di quelle realtà che, nel corso del tempo, hanno saputo custodire questo sentimento, trasformandolo in una linea di latticini che oggi è un riferimento nella nostra provincia.

La sua mozzarella di bufala rimane il cuore pulsante dell'azienda: una lavorazione artigianale, un latte che conserva identità e freschezza, una texture morbida che si apre al taglio con una semplicità che conquista. È quel prodotto che non ha bisogno di essere presentato: arriva in tavola e parla da sé.

Ed è proprio in dicembre, quando si compongono i menu che uniscono famiglie e generazioni, che quella mozzarella diventa una presenza irrinunciabile. Antipasti, abbinamenti con verdure invernali, piatti freddi eleganti, o semplicemente servita "come mamma natura l'ha fatta": nel menu delle feste non può mancare.

Ma il Natale non vive solo di pranzi e cene. Vive dei risvegli lenti, dei profumi della mattina, di quei momenti che preparano l'attesa. È qui che entra in scena un altro gioiello della casa:

lo yogurt artigianale di Nonna Pitta. Perfetto per la colazione, cremoso e naturale, è ideale anche per chi ama preparare dolci al cucchiaino, creme leggere, semifreddi o topping che impreziosiscono i panettoni artigianali.

Un prodotto versatile, pulito, che racconta la stessa cura della mozzarella.

A completare la gamma ci sono i formaggi freschi e stagionati, ognuno con una personalità precisa: la ricotta vellutata, i seminfreschi dalla nota lattica più intensa, le caciotte che si prestano ad aperitivi natalizi, taglieri di qualità e piatti caldi che scaldano dicembre.

Sono prodotti che non cercano effetti speciali: puntano tutto su materia prima, tecnica e onestà. E questo il pubblico lo sente, lo riconosce, lo premia. Se ancora non fanno parte del vostro Natale, è il momento di rimediare. Chiamateli, ordinate, fate entrare Nonna Pitta nelle vostre case.

Non perché sia un'abitudine, ma perché è una scelta: la scelta di portare a tavola prodotti veri, buoni, affidabili, che accompagnano ogni momento delle feste.

Nel cesto del Natale, nella colazione della vigilia, nel pranzo del 25:

ci sono sapori che non possono mancare.

E quelli di Nonna Pitta sono tra questi.

TRE VOLTI DEL BACCALÀ

CRISTINA TODARO

Baccalà fritto con cipolla caramellata su lenticchie

A Natale ci sono piatti che diventano più di una ricetta: diventano un gesto d'amore. Il baccalà è uno di quelli. Sa di attesa, di tradizioni che non conoscono tempo, di mani che cucinano con pazienza perché sanno che, durante le feste, ogni sapore deve raccontare qualcosa. In questo spirito, la chef Cristina Todaro torna sulle pagine del nostro magazine con una creazione che è molto più di un semplice piatto: un vero trittico d'autore, tre interpretazioni raffinate di baccalà pensate per impreziosire le tavole del Natale.

Croccante, cremoso, vellutato: tre consistenze, tre anime, tre modi di vivere la festa attraverso uno degli ingredienti più iconici della cucina italiana. Cristina lo porta nel presente con la grazia che la contraddistingue, trasformandolo in un percorso di gusto che unisce tecnica, delicatezza e un'estetica che conquista al primo sguardo.

È la cucina di chi conosce la tradizione, ma la abbraccia con la libertà della creatività.

È il regalo di Natale di una chef che sa come far brillare anche l'ingrediente più umile.

Tre assaggi, tre storie, un'unica certezza: il baccalà, a Natale, non è mai stato così elegante.

**INGREDIENTI PER 4 PERSONE:**

• 1 kg di baccalà già bagnato •
 3 cipolle rosse • 50 g zucchero
 semolato • 1 cucchiaino aceto di
 vino rosso • 100 ml vino rosso
 • 1 cucchiaino aceto balsamico
 • 300 g lenticchie già cotte •
 Panko (panatura) • 4 fette pane
 casereccio • 300 ml latte • 60 ml
 panna • 50 g burro • Prezzemolo
 q.b. • 1 spicchio d'aglio • 20 g
 pinoli • 2 acciughine sott'olio •
 Olio di semi per frittura • Olio
 extravergine d'oliva • 2 cucchiaini
 di farina

BACCALÀ FRITTO CON CIPOLLA CAMELLATA SU LENTICCHIE

Controllare che il baccalà sia privato di pelle e spine.

Ricavare 8 cubi: 4 andranno fritti, i restanti nelle altre preparazioni.

Cuocere i 4 cubi in acqua bollente per 15 minuti.

Intanto tagliare 2 cipolle a listarelle e farle ammorbidire con 20 g di burro.

Aggiungere zucchero, aceto di vino rosso, vino e aceto balsamico. Lasciare caramellare fino a consistenza lucida.

Preparare una pastella con acqua e farina. Immergervi i cubi e passarli nel panko.

Friggere in olio a 170°C per pochi minuti.

Ripassare le lenticchie in padella con olio evo e uno spicchio d'aglio.

Impiattare: base di lenticchie, baccalà fritto e cipolla caramellata.

BACCALÀ AL LATTE CON SALSA DI CIPOLLA E PINOLI

Cuocere altri 4 cubi di baccalà nel latte caldo per 15 minuti.

Scolare il baccalà e aggiungere al latte 30 ml di panna.

Tagliare la cipolla rimanente a piccoli pezzetti e farla appassire in olio extravergine.

Aggiungere i pinoli e la salsa di latte

e panna.

Ridurre finché la crema diventa vellutata.

Impiattare il cubo di baccalà sul fondo di salsa calda.

BACCALÀ MANTECATO SU CROSTINO FRITTO ALL'AGLIO

Cuocere le rimanenze di baccalà in acqua per 15 minuti.

Inserirlo nel cutter con 30 g burro, prezzemolo, una puntina di aglio e 30 ml panna.

Frullare fino ad ottenere una crema compatta.

Riposare in frigo almeno 20 minuti.

Friggere le fette di pane e strofinarle con aglio.

Formare le quenelle e adagiarle sui crostini.

Un sereno Natale a tutti, e buon appetito



NIHIL PRODEST QUOD NON LAEDERE POSSIT IDEM

ANTONIO COLASANTI



C'è una verità antica che attraversa i secoli e arriva fino ai nostri giorni con la stessa forza con cui la scrisse Ovidio nel 17 a.C., mentre scontava il suo esilio lontano da Roma:

Nil prodest, quod non laedere possit idem.

Nulla giova che lo stesso non possa anche nuocere.

È un monito che dovremmo ricordare ogni volta che teniamo in mano un medicinale. Perché nulla è più ambiguo — e più affascinante — della cura.

E nulla è più pericoloso dell'uomo che dimentica quanto fragile sia il confine tra bene e male, tra rimedio e veleno.

Paracelso lo aveva capito secoli dopo, riassumendo tutto in una frase perfetta, scolpita nella storia della medicina:

“È la dose che fa il veleno.”

Eppure, nonostante questa saggezza millenaria, medici che prescrivono, scienziati che inventano, farmacisti che dispensano sembrano spesso aver bisogno di tatuarsi quella frase sul palmo della mano. Perché curare è un'arte nobile, certo, ma a volte la memoria è corta — e la tentazione di dimenticare le responsabilità è lunga.

La verità è semplice:

i farmaci ci accompagnano dalla nascita alla morte.

Possono salvarci in cento modi, se ricordiamo Ovidio.

Possono rovinarci in mille, se facciamo finta di no. Nell'antichità, quando l'uomo combatteva da solo contro fame, freddo e malattie, la ricerca di rimedi era una questione di sopravvivenza. Si osservava la natura, si sperimentava, si sbagliava

i tavoli e a sconvolgere il mondo con un'idea che sembrava follia e invece cambiò la storia:

similia similibus curentur.

Il simile cura il simile.

E soprattutto: dosaggi infinitesimali.

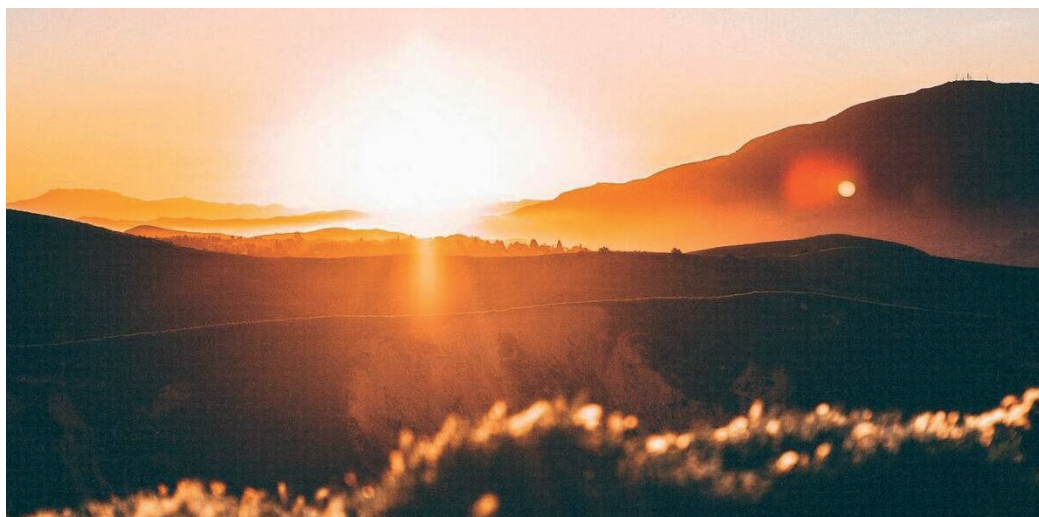
Una rivoluzione che ancora oggi divide, incuriosisce, accende discussioni.

E allora, cosa c'entra tutto questo con il Natale?

C'entra eccome.

Perché dicembre è il mese in cui crediamo ai miracoli più del solito, in cui ci affidiamo ai simboli, alle tradizioni, ai riti.

È il mese in cui le case profumano di arancio e cannella, ma anche quello in cui si abusa di cene, pranzi, brindisi, integratori “salva-fegato”, compresse “post-abbuffata” e sciroppi miracolosi. Insomma: è il mese in cui **la tentazione di credere alle scorciatoie** è più forte che mai.



e si imparava. Nacquero così i medicinali buoni e quelli cattivi, i guaritori e i mercanti, gli scienziati e coloro che — come sempre accade — annodarono la cura al denaro, trasformando la salute in affare e il bisogno in mercato.

Odiare e amare, allo stesso tempo: ecco il destino di chi vive tra medicina e commercio.

Perché il confine è sottile.

Se un rimedio “ammazza lentamente”, dicono i cinici, non è considerato pericoloso.

E così, tra fitoterapia, rimedi della nonna e preparati che promettono tutto e non mantengono nulla, si crea un labirinto dove è difficile trovare l'uscita.

Eppure, un giorno arrivò Hahnemann a ribaltare

E allora Ovidio ritorna, puntuale come una stella cometa:

non esiste nulla che aiuti senza poter nuocere.

E Paracelso, dalla sua epoca lontana, fa eco:

“È la dose che fa il veleno.”

Forse il vero spirito del Natale, in mezzo a luci, regali e panettoni, sta proprio qui: nell'imparare a dosare.

A scegliere.

A non lasciarsi ingannare dalle promesse facili.

A ricordare che la cura è un atto d'amore, e come ogni atto d'amore richiede responsabilità.

Che sia una medicina, un brindisi o una parola detta di fretta:

la differenza la fa sempre la dose.



Eugenio Cisterna in una foto del 1910

EUGENIO CISTERNA (1862-1933) PITTORE AULICO NELLA CATTEDRALE DI FERENTINO

BIANCAMARIA VALERI

L'Associazione Culturale "Gli Argonauti", creata con atto notaio Giuliano Floridi nel 1980, nel suo impegno di promozione culturale ha svolto anche una notevole attività editoriale, pubblicando gli Atti dei Convegni annuali organizzati con il patrocinio del Ministero per i Beni Culturali e Ambientali e in collaborazione con il Centro di Studi Internazionali "Giuseppe Ermini", con la Pro Loco di Ferentino, con Università ed Enti culturali nazionali e del Territorio. Nel 2023, nella cornice di un titolo molto accattivante: *"Ferentinu. La storia della Città in fascicoli"*, ha rivolto l'indagine storico-artistica alla Cattedrale

di Ferentino dedicata ai SS. Giovanni e Paolo, pubblicando gli studi di Maria Teresa Valeri, valentissima docente di Storia dell'Arte. Con acribia e scientificità di documentazione è stata analizzata la storia del sacro edificio, dalle sue origini paleocristiane ai nostri giorni. Ne è nato un complesso e articolato palinsesto storico-artistico, nel quale si descrivono le fasi della cristianizzazione dell'acropoli romana; la lunga fase costruttiva del tempio cristiano, dal momento in cui vi si riedificò una basilica cristiana distrutta dalla persecuzione del 304-305 d. C.; gli interventi del IX sec. con il vescovo Pasquale, e quelli del vescovo Agostino (XII

sec.) e dei Cosmati (XII-XIII sec.); gli interventi secenteschi e il ripristino delle fogge romaniche tra 1898 e 1904. Non sono stati dimenticati i collegamenti con il culto del martire Ambrogio e con gli edifici ecclesiastici costruiti nell'area acropolica: il palazzo episcopale, la nuova cattedrale incompiuta, le dirute chiese di S. Pietro e S. Angelo. Il volume è corredato da foto storiche e artistiche, attraverso le quali si può visivamente seguire la lunga storia della Cattedrale. Spiccano per valore artistico le foto di Fulvio Bernola.

Non si può tuttavia non rivolgere l'attenzione alla decorazione parietale delle navate e dell'abside, opera, tra fine Ottocento e primi anni del Novecento, di un finissimo artista Eugenio Cisterna. Cisterna nacque nel 1862 a Genzano (Roma); frequentò la bottega di Andrea Monti a Roma, diventando allievo del figlio Virginio, anche lui pittore. A Roma fu un assiduo decoratore di chiese a partire dall'ultimo ventennio dell'Ottocento. Nel 1900, insieme al genero Giulio Cesare Giuliani, fondò lo Studio Vetrare d'Arte Giuliani al piano terra del palazzo cinquecentesco progettato da Guglielmo della Porta in Via Giulia. Lavorò molto anche fuori Roma e all'estero: a Milano, poi a Piacenza, Treviso, La Spezia, Monza, Napoli, Rovereto, Albano, Lourdes (mosaico absidale nella Cappella della Pentecoste - Basilica del Rosario, La Pentecoste) e in Belgio a Courtrai. Profondo conoscitore delle tecniche pittoriche antiche, gli furono affidati importanti restauri nella Basilica di Santa Sabina a Roma e nel Duomo di Siracusa. Cisterna alternò grandi figure religiose a pannelli decorativi e fregi in vari stili da collocare in ville e palazzi: decorò anche il padiglione italiano all'Esposizione Internazionale di Anversa del 1930 e a quella di Parigi del 1931. Morì a Genzano nel 1933.

Le brevissime linee biografiche aprono una grande finestra attraverso la quale riscoprire un artista che a Ferentino ha lasciato un segno tangibile della sua arte negli affreschi realizzati entro il 1904 in cattedrale. Un saggio esaustivo su di lui è stato pubblicato da Mariella Nuzzo, Eugenio Cisterna 1862-1933. Un artista eclettico fra tradizione e modernità, Edizione illustrata, Gangemi Editore, 2011, del quale si consiglia caldamente la lettura, anche per sentirsi stimolati a chiedere a gran voce la pulitura della opera

pittorica di Cisterna opacizzata dai fumi e dalle polveri depositati su di essa nel corso di questo secolo breve che è stato il Novecento. (cfr. anche CISTERNA, Eugenio in Dizionario Biografico degli Italiani, 1982)

 FERENTINO Città d'ARTE



Cattedrale SS. Giovanni e Paolo. Sec. XII (Presbiterio)

Ferentino, cattedrale, interno, navata centrale, presbiterio e ciborio di Drudo de Trivio dopo i restauri (1898-1907) foto di Fulvio Bernola

L'interno della cattedrale romanica rimase integro fino al 1677, quando il vescovo Giancarlo Antonelli (1677-1694) lo fece ristrutturare secondo il gusto dell'epoca. Lasciando intatto il pavimento musivo e il ciborio di Drudo de Trivio, fece coprire le navate con finte volte ad arco ribassato e pareti, pilastri e colonne con pesante strato di intonaco. Fino al 1898 il catino absidale era decorato con un affresco raffigurante l'Incoronazione della Vergine, opera attribuita, da Caterina Zannella, a un seguace di Pietro da Cortona. A mio giudizio potrebbe essere rettificata tale attribuzione, riferendo l'opera o al Cavalier d'Arpino o ad un suo discepolo (cfr. per i riferimenti iconografici specialmente per la postura di Cristo e della Vergine Maria l'Incoronazione di Maria Vergine di Cesari

Giuseppe detto Cavalier d'Arpino (attribuito), primo quarto sec. XVII, ICCD 4529690, SBAS RM 147189), tenendo conto che l'opera fu commissionata alla fine del XVI secolo, durante la visita pastorale del 1585, dal vescovo Silvio Galassi (cfr. Biancamaria Valeri, *Un Vescovo, un Processo, una Città: Ferentino 1585*, Roma, 1984)



Ferentino, Cattedrale, interno secentesco prima dei restauri
Seguace di Pietro da Cortona (?), *L'Incoronazione della Vergine*, sec. XVII, affresco prima dei restauri degli anni 1898-1904 (da Zannella, 1980)

Nei restauri, effettuati tra 1898 e 1904, Eugenio Cisterna (1862-1933), incaricato dall'ordinario di allora, mons. Domenico Bianconi, rimosse le decorazioni seicentesche e decorò ad affresco il catino absidale con il Cristo pantocrator in maestà. Nelle pareti dell'abside sono raffigurati, ai lati della monofora, a destra S. Ambrogio martire e S. Redento, vescovo di Ferentino secondo la tradizione, a sinistra i titolari della chiesa: S. Giovanni e S. Paolo, fratelli martiri romani del IV secolo. Nell'arco trionfale Eugenio Cisterna affrescò una preziosa e delicata raffigurazione dell'Annunciazione alla Vergine Maria. I dipinti furono portati a termine fra il 1904 e il 1907 (Archivio Soprintendenza ai Monumenti del Lazio, Cartella 351, fasc. 620, Archivio dei Cerchi- Direzione Soprintendenza ai Monumenti del Lazio. Nel 1945 alcune zone dei dipinti furono restaurati a causa dei danni bellici (Ing. A. Cossu, Direzione Soprintendenza ai Monumenti del Lazio)

Eugenio Cisterna dipinse un nuovo repertorio di immagini sacre, che, sebbene ispirate all'iconografia paleocristiana del catino absidale della chiesa romana di Santa Pudenziana, manifestano i caratteri stilistici tipici del purismo di fine Ottocento. Di grande interesse per il loro valore catechetico sono gli affreschi del catino absidale e dell'arco trionfale, che per l'equilibrata composizione iconografica e l'armonioso accordo

dei colori luminosi, sia quelli freddi bianchi e azzurri sia quelli rosati, riescono a comunicare con chiarezza i temi fondamentali della Storia della Salvezza. Nel catino absidale Cisterna rende per immagini la meravigliosa visione del profeta Ezechiele (Ez 47, 1-2, 8-9, 12), che condotto da un uomo, il cui aspetto era come di bronzo, ha la rivelazione dell'apocalisse, la visione della nuova Gerusalemme. Nell'affresco di Cisterna al centro del catino absidale campeggia la figura di Gesù, che riecheggia quella tradizionale della Maestà divina di derivazione paleocristiana: il Cristo, dal volto barbato e autorevole, è seduto in trono come giudice e maestro universale, ha le braccia allargate ed è circondato dalla mandorla dell'iride, simbolo di eternità e di gloria. L'iconografia ferentinate mostra Gesù come il Sommo Sacerdote, come si evidenzia dal pallio, insegna liturgica personale, riservata al papa e agli arcivescovi metropolitani, simbolo di supremo potere e di piena giurisdizione.



Ferentino, Cattedrale, catino absidale
Eugenio Cisterna (1862-1933), *Cristo pantocrator*
affresco, 1904 – opera firmata e datata

Nell'arco trionfale campeggia la rappresentazione dell'Incarnazione. Al centro della parete, entro un clipeo definito da serafini e stelle, sono raffigurate la Persona del Padre creatore benedicente, il cui volto barbato è affiancato dalle lettere apocalittiche ALFA e OMEGA, e la colomba mistica dello Spirito Santo, da cui si dipartono raggi dorati, che raggiungono la flessuosa figura di Maria. La Vergine è rappresentata sul lato destro, davanti ad un edificio e nell'atto di cogliere un giglio dal giardino fiorito, in cui Ella si trova. Sul lato opposto della parete è raffigurato l'angelo Gabriele con sei ali variopinte, il quale, sollevato da terra, sembra appena giunto in volo,



1924 - Antonio Munoz, Il pittore Eugenio Cisterna, Milano, anno XII, n. 12 dicembre, pp. 339/346 ill. pp. 347/353 ill. 1932 - Alice Leclerc proclamata venerabile, L'Illustrazione Vaticana anno III, n. 8 del 15 aprile, pp. 381/382 ill.

spinto da un vento leggero, di cui le piccole nubi rosse suggeriscono il percorso. Un arcobaleno congiunge le figure dell'Angelo, di Dio Padre e di Dio Spirito con quella della Vergine, nel cui seno già palpita il Verbo incarnato. La distribuzione equilibrata degli elementi del linguaggio visivo (figure, colori, luce, composizione spaziale) favorisce la fruizione immediata del contenuto dottrinale da parte del fedele, che nella chiarezza formale dell'iconografia trova conferma ai dati di fede, acquisiti nella catechesi.

“Eugenio Cisterna al referendum sui criteri che devono regolare l'arte cristiana, bandito da questa Rivista nel 1913, rispondeva fra l'altro: «Là dove lo stile lo permette, ritengo che il pittore cristiano debba ispirarsi ai grandi esempi che nelle antiche basiliche ci hanno lasciato i primi maestri cristiani dell'arte. Io penso che niente meglio corrisponda al sentimento cristiano delle grandi concezioni pittoriche decorative di quei maestri che con impareggiabile senso armonico trattarono la loro arte come una preghiera ed una missione». In queste parole si può dire si condensano tutto il programma artistico del pittore romano... il Cisterna non ha potuto costringere la propria personalità, e per quanto egli stesso e i suoi committenti volessero comprimerla, essa balza sempre fuori su qualche tratto o in qualche figura delle sue opere. A prima vista sembra che le composizioni delle grandi absidi delle cattedrali e delle chiese antiche e moderne da lui decorate, obbediscano a un rigido schema storico e tradizionale: ma poi osservando i particolari, vediamo subito come le figure atteggiata a movimenti convenzionali hanno nei volti espressione viva e moderna”. (1924 - Antonio Munoz, Il pittore Eugenio Cisterna, Milano, anno XII, n. 12 dicembre, pp. 339/346 ill. pp. 347/353 ill.)



Eugenio Cisterna, bozzetto dell'Annunciazione di Maria (cm 1200x732) firmato e datato 1904

IL SEMPLICE E SERENO SABATO DEL VILLAGGIO



MARCO SARGENTINI

"Per fortuna nel vicolo c'era una forte corrente d'aria ascendente, perché Arthur non praticava quel tipo di esercizio da un pezzo, o per lo meno, da un pezzo non lo praticava deliberatamente, ed era proprio deliberatamente che quel tipo di esercizio non si doveva fare".

D. Adams

C'era una luce diversa, nei sabati di allora. Una luce tiepida, che si posava sul piazzale semivuoto e sulle finestre appannate delle alette occupate. Arrivavamo uno alla volta, pieni di libri e speranze, e il rumore dei nostri passi riempiva gli spazi silenziosi.

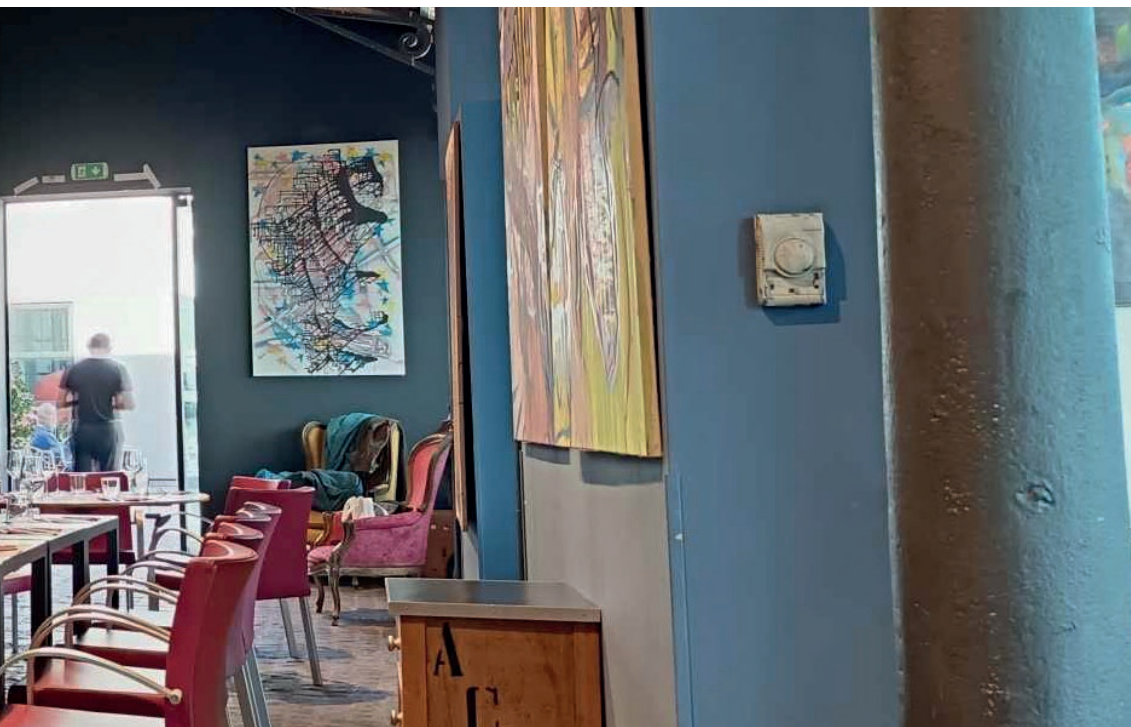
L'odore di caffè portato da casa si mescolava a quello dell'aria densa di fumo, e ogni tavolo diventava il centro del mondo: si studiava, si discuteva, si sognava ad alta voce. C'era chi preparava un esame, chi scriveva volantini, chi semplicemente restava, per non tornare troppo

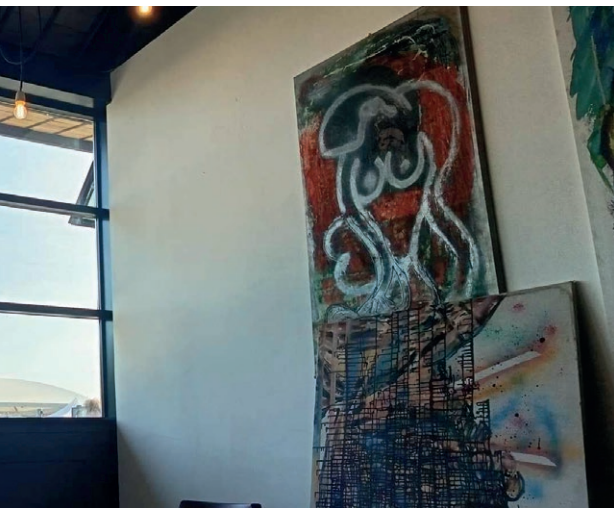
presto in un mondo che sembrava andare sempre di fretta.

Il pomeriggio si scioglieva piano, tra una risata e un verso letto sottovoce, mentre fuori il sole calava dietro le facciate dei palazzi. In quei sabati c'era qualcosa di limpido, di sereno; la sensazione che tutto fosse ancora possibile, che bastasse un'idea, un'amicizia, un libro aperto per cambiare il mondo.

Roma non smette mai di sorprendere né allora né ora. Dove quei giorni si sognava, tra le rovine dell'antico e le vibrazioni del contemporaneo, oggi, esiste un luogo dove la tradizione incontra la sostenibilità, e il gusto diventa linguaggio di un nuovo pensiero economico e culturale: la Città dell'Altra Economia @città_altra-economia_cae, nel cuore del quartiere Testaccio.

Un tempo mattatoio, oggi laboratorio di idee,





sapori e visioni, la Città dell'Altra Economia rappresenta un viaggio nel "pensiero differente", quello che rifiuta l'omologazione e riscopre il valore del tempo, del territorio e delle relazioni umane.

Il cibo come pensiero.

Qui per la Guida Enogastronomica per Autostoppisti non è solo piacere, ma atto politico e culturale. Tra i banchi del mercato equo e solidale e le cucine a km zero, si percepisce un ritorno consapevole alla terra, ai produttori e alle stagioni.

Dalla pasta di grani antichi al pane a lievitazione naturale, dai vini biologici dei Castelli Romani ai formaggi delle campagne laziali, ogni sapore racconta una storia di resistenza dolce: quella di chi sceglie la qualità contro la quantità, la lentezza contro la fretta. Il Tempo, il luogo e la coscienza contro l'occupazione della vita.

Passeggiare tra gli spazi recuperati del Mattatoio è un'esperienza sensoriale e filosofica. Le antiche arcate industriali, oggi abitate da botteghe, bistrot e associazioni, diventano metafora di una Roma che si rigenera.

Il tempo qui assume un'altra dimensione: non più la corsa frenetica del consumo, ma il ritmo naturale del lievito, della fermentazione, della maturazione del vino. È il tempo del pensiero lento, del dialogo tra passato e futuro, tra tradizione e innovazione sostenibile. Il viaggio come scoperta.

Ogni incontro alla Città dell'Altra Economia è un viaggio, non solo geografico, ma interiore. È il viaggio di chi riscopre il gusto autentico, la filiera corta, l'artigianalità come valore.

Seduto a un tavolo di legno, del Collettivo Gastronomico Testaccio @c.g.testaccio_hub, L'Autostoppista, con un bicchiere di rosso e una zuppa di ceci rivisitata con ingredienti etici, comprende che "il pensiero differente" non è utopia, ma pratica quotidiana. È Un brindisi al futuro di luce in antitesi alle proposte di buio.

Il Ristorante è un esperimento riuscito di come l'enogastronomia possa diventare veicolo di cambiamento. In un'epoca che tende a divorare tutto, anche il tempo. Questo spazio invita a fermarsi, a gustare, a guardare, a pensare.

Un brindisi, dunque, al pensiero che cambia, al tempo che ritorna umano e al viaggio che, attraverso i sensi, ci conduce verso un'economia più giusta, sostenibile e condivisa. Un brindisi con Cabernet Atina 2020 - Rosso Vivo di Martini & Rossi www.cantinarossovivo.it, l'eleganza del Lazio nascosto. Nel cuore della Val di Comino, tra i monti che si aprono tra Lazio e Abruzzo, nasce una delle denominazioni più autentiche e sorprendenti dell'Italia centrale: Atina DOC. È qui che Martini & Rossi, nome storico dell'enologia italiana, firma il suo Cabernet Atina 2020 - Rosso Vivo. Un vino che racconta con sincerità la forza e la finezza di un territorio ancora poco battuto, ma di grande potenziale. I vigneti di Atina si adagiano su colline di origine calcarea e argillosa, a un'altitudine che regala notti fresche e giornate ventilate. Il 2020 è stato un anno equilibrato, con un'estate asciutta e un autunno mite, condizioni ideali per portare in cantina uve Cabernet Sauvignon e Cabernet Franc in perfetta maturazione.

Martini & Rossi ha scelto una vinificazione tradizionale, con macerazioni delicate e un affinamento in botti di rovere che esalta la naturale eleganza del frutto senza sovrastarlo.

Rosso Vivo si presenta con un colore rubino profondo, attraversato da riflessi violacei che ne tradiscono la giovinezza e l'energia. Il bouquet è intenso e articolato: piccoli frutti neri, mora di rovo, prugna matura, seguiti da note di pepe nero, tabacco dolce e una sottile traccia balsamica.



Al palato è armonico, vellutato, con un corpo pieno ma mai pesante. I tannini, morbidi e ben integrati, accompagnano una persistenza lunga e pulita, con un finale che ricorda il ribes e la liquirizia. È un vino che coniuga rigore e piacevolezza, ideale per chi ama i rossi strutturati ma equilibrati.

È così che seduto su quel tavolo, ripensando ai giorni che furono, mi sembra di sentire ancora quel silenzio pieno di voci, quel calore discreto di gioventù e di sogni. Era un tempo semplice, sì, ma pieno: il nostro piccolo, sereno sabato del Villaggio. @villaggioglobaleroma



LA RICETTA DELLO CHEF:

Sciacqua bene i ceci e mettili in ammollo in abbondante acqua fredda per 12 ore. Scolali e risciacquali. In una pentola capiente, copri i ceci con acqua fresca, aggiungi una foglia di alloro e cuoci a fuoco medio per circa 1 ora e 30 minuti, finché saranno teneri. In un tegame, scalda l'olio extravergine d'oliva, aggiungi cipolla, carota, sedano e aglio tritati finemente. Fai rosolare per qualche minuto finché le verdure i. diventano dorate e profumate. Aggiungi al soffritto una parte dei ceci (tienine da parte un mestolo intero), e un mestolo dell'acqua di cottura dei ceci. Lascia sobbollire per 20-25 minuti. Aggiusta di sale e pepe, profuma con rosmarino fresco e lascia insaporire ancora 5 minuti. Servi la zuppa ben calda, con un filo d'olio a crudo e pane tostato.

KOMBUCA TERRITORIALE

MARIE JOVENEAU



In un momento storico in cui la fermentazione torna a essere un linguaggio potente — capace di unire territorio, salute, sostenibilità e cultura — realtà come queste meritano attenzione. I produttori che incontriamo in questa nuova tappa non stanno semplicemente creando bevande: stanno costruendo ponti con le loro terre, custodendo metodi antichi e trasformandoli in un gesto contemporaneo, responsabile, vivo.

Leggere le loro storie fa capire quanto sia importante interessarsi a ciò che beviamo, soprattutto quando nasce da mani che scelgono il rispetto del suolo, la qualità delle materie prime e la ricerca costante. E se ci si trova nei territori che attraversano, vale davvero la pena fermarsi, conoscere queste persone e vedere come la fermentazione diventa un modo concreto di raccontare l'identità di un luogo.

Alfio Mirone

La kombucha nasce in Estremo Oriente dalla fermentazione del tè attraverso una coltura simbiotica di batteri e lieviti.

Negli ultimi anni, conquistando un pubblico sempre più ampio, si è affermata nel movimento NoLo – un fenomeno culturale mondiale che promuove bevande senza o a basso contenuto alcolico. Ogni paese l'ha reinterpretata secondo la propria identità e i propri valori culturali e l'Italia ne ha dato una forma particolarmente interessante, dove i produttori trasformano la kombucha in un autentico veicolo di cultura e territorialità, premiando le radici locali come essenza del prodotto. Non è solo una risposta alla crescente domanda di bevande analcoliche, ma un modo di creare innovazione dalla capacità di guardare avanti, mantenendo un legame profondo con le proprie origini. La kombucha diventa così una tela versatile su cui dipingere l'identità di un luogo – un'Italia che, attraverso la fermentazione, continua a raccontarsi e ad esprimere i suoi tesori. Dopo aver incontrato alcuni protagonisti di questa filosofia nell'articolo precedente, seguiamo il nostro viaggio alla scoperta di quattro nuovi produttori artigianali che abbracciano questo approccio, ognuno con una visione unica del proprio territorio.

Veneto: la collaborazione come linguaggio del territorio

Il viaggio inizia a Treviso, da Funky Fermenteria, dove Giulia e Francesco danno voce al territorio attraverso un gesto apparentemente semplice ma profondo: creare connessioni. Per loro valorizzare l'identità locale significa non solo usare ingredienti del territorio, ma tessere relazioni profonde con chi custodisce e trasforma la cultura del luogo. Nasce così la linea Terroir che comprende kombucha che parlano di paesaggi attraverso collaborazioni sinergiche: come Taste Coffee & More di Treviso, che imbottiglia la cultura del caffè specialty e The Tidal Garden di Venezia, che recupera da terreni abbandonati piante alofite come l'*Artemisia caerulea* (Santonico). Questa sinergia non è solo un interscambio di materie prime, ma una convergenza di visioni che arricchisce il prodotto di un tessuto narrativo a più voci.



Emilia-Romagna: il tempo che custodisce l'autenticità

Lasciamo Treviso per raggiungere Bologna, dove la strada per raccontare il territorio assume una forma diversa con Frui Kombucha. Alessandro, il suo produttore, vive la produzione come una vera filosofia di vita. Per lui la fermentazione è al tempo stesso un percorso introspettivo e uno strumento concreto attraverso cui dare forma al proprio pensiero. Dopo cinque anni di osservazione e sperimentazione, ha maturato una consapevolezza fondamentale: l'identità si veicola attraverso l'autenticità e quest'ultima non si impone, ma si custodisce. Per Alessandro questo significa rispettare le specificità locali sostituendo il tè con l'ortica, onorare la fermentazione nella sua capacità naturale di conservare senza refrigerazione e, soprattutto, celebrare le naturali variazioni del profilo organolettico come un patrimonio prezioso. Ogni bottiglia di Frui Kombucha diventa così un percorso che prosegue oltre la produzione, stabile nella qualità, ma in continuo divenire. Qui il concetto stesso di luogo trascende la geografia per abbracciare il tempo, trasformandosi in uno spazio dove il prodotto può evolvere liberamente, sorretto dalla fiducia di chi sa attendere e apprezzare.





Toscana: il km 0 come manifesto dell'identità locale

Scendiamo nei dintorni di Firenze, dove due fratelli, Riccardo e Filippo, hanno dato vita a Bucolica, una piccola azienda agricola urbana, sorta sul terreno in cui sono cresciuti e concepita come un vero ecosistema integrato.

Riccardo, appassionato di fermentazioni, e Filippo, agronomo agroecologico, hanno costruito un modello in cui coltivazione, raccolta e trasformazione convivono nello stesso luogo. Qui il concetto di Km 0 trova la sua espressione più radicale perché ogni bottiglia parla esclusivamente la lingua del campo che la circonda. Le loro kombucha non nascono dal tè, ma dalle erbe aromatiche cresciute sui loro terreni – menta, artemisia, rosmarino, salvia, elicriso – e dal miele autoprodotta. Con Bucolica l'identità del prodotto è indissolubilmente legata alla terra in ogni fase del processo. È la prova che esiste ancora un modo di bere intimamente radicato nella terra, dove il territorio non è soltanto un luogo, ma un sistema vivente che si esprime attraverso ciò che produce.

Abruzzo: Etica ecologica e la salvaguardia dell'essenza

Il viaggio si conclude in Abruzzo, dove Olga e Fabio portano avanti Orti Geometrici con una filosofia che supera la semplice idea di territorialità. Qui l'identità del luogo si intreccia con un'etica ecologica fondata sulla cura e sul rispetto profondo della natura. Il loro approccio alla coltivazione è un atto di custodia fondata sul lasciare che il territorio si esprima nella sua forma più autentica, senza disturbare il suolo. Questa visione permea ogni fase della produzione della loro kombucha, realizzata esclusivamente con materie prime abruzzesi. Ogni gesto diventa un rituale di rispetto: dalla raccolta, effettuata rigorosamente a mano e in momenti specifici della giornata per preservare gli oli essenziali, all'essiccazione lenta e delicata, pensata per non tradire la natura della pianta, fino alla fermentazione che consente di rivelare tutte le qualità intrinseche delle piante. È questa etica della cura – verso la terra, verso la materia prima, verso il processo – a rendere il prodotto finale un autentico portavoce del paesaggio abruzzese.



IL PERCORSO

RISTORANTI

ALATRI

LA TAPERIA - Via Emanuele Lisi, 10
Tel. 349 1549758
A PIAZZA REGINA - P.zza R, Margherita
14, Tel. 351 6621396

ATINA

IL VICOLO - Via Planca
Tel. 0776 628058
LE CANNARDIZIE - Via V. Emanuele,
28-32-34 Tel. 0776 1547322

AUSONIA

RISTORANTE DA TONY - S.S. Cassino
km 20.600
Tel. 0776 953000

CASTRO DEI VOLSCI

LA LOCANDA DEL DITIRAMBO
Via dell'Orologio, 11/A
Tel. 0775 662091

CEPRANO

OPIFICIO DEL GUSTO - Via Campidoglio, 16
Tel. 347 3264553

COLLEPARDO

LA LOCANDA DEL CERTOSINO - Piazza della
libertà, 2 - Tel. 0775 1470050

FALVATERRA

BOTTEGA COQUINARIA - Piazza S.

Maria Maggiore
Tel. 347 9321428

FIUGGI

TAVERNA DEL CASTELLO - Via del
Soldato Ignoto, 9
Tel. 347 3466202
MOCA FIUGGI TERME - Via Vittorio
Emanuele, 18
Tel. 0775 1992399

FROSINONE

UMAMI - Via Marco Minghetti
Tel. 0775 1894351
AL PEPE ROSA - Via Maccari
Tel. 0775 961342

GUARCINO

GIULIANA - Via Borgo S. Antangelo,
126 - Tel. 0775 46144
ROCCA DI RIVITURO - S.S. per
Campocattino Km 2, 7
Tel. 0775 46565

PIGLIO

CASALE VERDE LUNA - Loc. Civitella, 3
Tel. 0775 503051

PONTECORVO

IL BORGO - Via Roma, 62 / Tel.
0776 742250

SORA

PAPARÒ - Via Tombe
Tel. 348 3115930

VEROLI

DOMUS HERNICA - Via Giovanni
Sulpicio Tel. 0775 236047

LATINA / FONDI

DA FAUSTO - Piazza, Via Cesare
Beccaria, 6 - Tel. 0771 531268

FORNI / PASTICCERIE / PASTIFICI

ALATRI

AURORA PASTICCERIA - S.S.155
Località Magione, 19a
Tel. 0775 403014

CASSINO

FORNO CASAMADRE - C.so della
Repubblica - Tel. 0776 1548632

GUARCINO

L'AMARETTO DI GUARCINO
Via Arringo, 5
Tel. 333 7647355

FROSINONE

ANTICO PASTIFICIO GIZZI - Via Gi.
Garibaldi, 12
Tel. 0775 250658



GROSSIMPIANTI

**CATERING
EQUIPMENT**

Via Casilina Nord, 153
Frosinone
Tel. 0775 270700
www.grossimpianti.it



O DEL GUSTO

VEROLI

FORNO BALDASSARRA - Via Vado
Amaseno, 26 - Tel. 0775 863158

ENOTECHE & CANTINE

ALATRI

ENOTECA DI APICIUS ALATRI - Via
Giacomo Matteotti, 23
Tel. 334.1986836

ALVITO

CANTINA COMINIUM - Via San Ritinto,
s.n.c.
Tel. 349 850 1730

ARPINO

ENOTECA BARNABA - Piazza
Municipio, 45
Tel. 349 7715014

ATINA

LE CANNARDIZIE - Via V. Emanuele,
28-32-34 Tel. 0776 1547322

COLLEPARDO

SARANDREA - Via per Alatri, 3/b
Tel. 0775 47012

LA FORMA - SERRONE

VINI GIOVANNI TERENCEI - Via Forese, 13
Tel.. 0775 594286

MONTE SAN GIOVANNI CAMPANO

CANTINA MONTICIANA - Via
Selvapiana
Tel. 366 1481059

PIGLIO

L'AVVENTURA - Località Civitella, 3
Tel. 0775 503051
PETRUCCA E VELA - Contrada Coce
Tel. 0775 501032

POSTA FIBRENO

DF GOCCE - Via Camminate, 64
Tel. 333 1518098

FRANTOI

BOVILLE ERNICA

FRANTOIO CERQUOZZI - Via Colicillo
Tel. 389 5807507

VEROLI

LE COLLINE DI RAFFAELE - Via Case
Cocco
Tel. 333 3180210

LATINA /SONNINO

ALFREDO CETRONE - Via Consolare
Frasso
Tel. 0773 949008

PIZZERIE

GUARCINO

ROCCA DI RIVITURO - S.S. per
Campocatin
Tel. 0775 46565

FROSINONE

SALVO LA PIZZERIA VERACE - Via A.
Ciamarra, 213
Tel. 0775 1887327

ISOLA DEL LIRI

LUPPOLO E FARINA - Via Pò, 6 / Tel.
351 6375422

MACELLERIE

GUARCINO

ERZINIO - Contrada Castagnola, 14
Tel. 0775 46026

PATRICA

LA CAR 2 - Via Quattro Strade, snc
Tel. 0775 807177

SERRONE

MINORI S.R.L. - Via Prenestina, 306
Tel. 0775 595774

ROMA

PIZZATECA - Via Cesare Ricotti,
66/72 - Tel. 06 5503108

AUGURI DI BUONE FESTE

da tutta la redazione di

CIOCIARIA
& CUCINA
e x c e l l e n c e

