



Sarde a beccafico

Specialita' siciliane. Difficile trovare nell'ambito dei paesi mediterranei **un paesaggio fisico e storico così variegato come quello siciliano.**

Antichi templi e città di ascendenza greca si concentrano nella parte orientale, mentre l'influenza punica ed araba si riscontra maggiormente nella zona occidentale.

Ma nonostante queste differenze dettate dalla storia, **ovunque si viaggi in Sicilia si rimane impressionati e soprattutto mai delusi nemmeno dalla cucina tipica e dalle specialita' siciliane.**

Infatti, un viaggio in Sicilia non può dirsi completo senza aver gustato i piatti tipici locali: **l'itinerario deve assolutamente comprendere delle tappe gastronomiche.**

L'elenco dei piatti tradizionali di questa regione è decisamente lungo, perciò è bene ricordare di non pesarsi al rientro da un viaggio in Trinacria.

Non soltanto un patrimonio culturale invidiabile, ma anche una cucina e piatti tipici tutti da assaporare rendono **la Sicilia una delle regioni italiane più apprezzate dai turisti.**

Arancini, cassata, panelle, busiati con l'Agghia Pistata, la granita con brioche, i cannoli, sono solo alcune delle prelibatezze locali da assaggiare assolutamente, ma la lista delle specialita' siciliane è ben più lunga.

Arancini di riso e sarde a beccafico:

specialità siciliane

Iniziamo ad esplorare la Sicilia assaporando gli arancini di riso. Si tratta di una ricetta tipica che si ritrova in tutta la regione. A Palermo dove vengono chiamati “**arancina**” per via della forma tonda. A Catania il termine prevalente è “**arancino**” poiché quasi sempre ha una forma appuntita, ispirata alla punta dell’Etna.

Nomi a parte, si presentano come **un involucro di riso fritto ripieno di ragù e formaggio filante**, ma anche mozzarella, prosciutto e besciamella oppure spinaci e formaggio filante.

Nascono in **Sicilia** tra il IV e l’XI secolo ed sono di derivazione araba. ora sono delle specialita’ siciliane in tutto e per tutto.

Le sarde sono uno dei prodotti tipici della Sicilia e vengono utilizzate in diverse ricette e tra queste una delle principali sono sicuramente **le sarde a beccafico**.

Questo gustoso secondo piatto, tipico della **zona di Palermo, Messina e Catania**, prevede di portar in tavola le sarde farcite con pangrattato tostato e condito con uva passa, pinoli, prezzemolo e succo di agrumi, per completare l’opera le sarde a beccafico vanno cotte in forno. Altre specialita’ siciliane.



Arancini

Pasta alla Norma e Caponata:

specialità siciliane

Tra i piatti della tradizione siciliana non può mancare la **Pasta alla Norma**.

Questo piatto nasce a Catania, ma è oggi possibile assaggiarlo in tutta la regione.

Si tratta di un primo piatto a base di pasta corta, tipicamente maccheroni, condita con con pomodoro fresco, **melanzane fritte**, basilico e una spolverata di **ricotta salata**.

Una curiosità: sembra che il nome della ricetta sia stato inventato dal commediografo siciliano Nino Martoglio che assaggiando questo piatto avrebbe esclamato “È una **Norma!**” per indicarne la bontà e paragonarlo alla celebre opera di Vincenzo Bellini.



Pasta alla Norma

Gli ingredienti della Pasta alla Norma, specialità siciliana

Melanzane fritte, sedano, cipolla, sale, pomodoro, capperi, aceto, olive e zucchero: ecco gli ingredienti della **caponata**, che accompagnata da una fetta di pane casereccio diventa irresistibile.

Si tratta di un contorno gustoso che presenta alcune **particolarità a seconda della provincia** in cui viene servito. Per esempio la caponata palermitana è quella più classica, con gli ingredienti sopra descritti, mentre **quella agrigentina prevede anche l'utilizzo dei peperoni arramascati** (i

friggitelli), oppure ancora **la caponata trapanese** vuole nella ricetta sia i peperoni che le mandorle.

Cassata siciliana e panelle: specialità siciliane

Di origine araba, ed oggi giorno tipica della **provincia di Trapani** ed in particolare della cittadina di Castellammare del Golfo, dove viene preparata soprattutto in occasione delle festività pasquali e di carnevale, **la cassata** siciliana è un dolce inimitabile.

La ricetta prevede ingredienti come la ricotta, lo zucchero, il pan di Spagna, il marzapane e la frutta candita.

Si tratta di una ricetta piuttosto semplice, anche se ne esistono numerose versioni in base alle decorazioni che dipendono proprio dalla località in cui ci si trova. Si avrà così della frutta candita oppure dei pistacchi, ma anche cannella e fiori d'arancio.

Una curiosità: il nome "cassata" deriva dal termine "quas'at" ovvero "bacinella", il recipiente in cui un pastore mescolò la ricotta di pecora con lo zucchero o il miele dando origine alla primissima versione della ricetta.

Visitando Palermo è d'obbligo assaggiare le panelle.

Queste **"frittelle" di farina di ceci** sono un tipico street food da assaporare mentre si visita il capoluogo di regione.

Sono ottime da gustare da sole, ma anche in un bel panino.

Il nome panella deriva dal termine "pagnottella" poiché questa ricetta si va ad incasellare tra le focaccine ed i prodotti di panificazione, anche se la sua preparazione non prevede alcuna lievitazione e la cottura è una frittura.



Cassate siciliane e pasticceria varia

Busiati con l'Agghia Pistata e granita con brioches e cannoli: specialità iconiche siciliane

Ci spostiamo a Trapani per assaggiare i **Busiati** un particolare tipo di pasta lunga e intrecciata tipicamente condita con un pesto con pomodori e mandorle, detto alla trapanese.

Questo piatto tradizionale deriva dalla cucina ligure, infatti è stato **"importato"** dai **marinai liguri** che si fermavano in questa città. Successivamente al tipico pesto genovese sono stati sostituiti dei prodotti locali più comuni come i pomodori e le mandorle.

Granita e brioches sono la colazione dolce per eccellenza in Sicilia.

Un dolce e gustoso risveglio soprattutto nel periodo estivo e nelle stagioni miti.

E a tal proposito è bene sapere che la Sicilia è davvero una terra baciata dal sole, infatti è il paese europeo con la più alta media di ore di sole all'anno... e così granita e brioches sono attuali tutto l'anno.

Stagioni a parte, **"a granita câ brioscia"** si può assaporare in tutta la regione, ma si deve assolutamente ricordare che a **Messina la variante al caffè è diventata un vero e proprio marchio tutelato.**



Cannoli

Il Cannolo, icona tra le specialita' siciliane

Il cannolo siciliano è forse il dolce della trinacria più conosciuto in tutta Italia ed anche all'estero.

Croccanti all'esterno e morbidi e golosi all'interno, i cannoli siciliani sono un connubio dal sapore non descrivibile a parole.

Si presentano sotto forma di **una croccante cialda fritta** al cui interno viene riempita con **una crema di ricotta e zucchero arricchita con frutta candita, pistacchio, gocce di cioccolato**.

Come molti altri piatti della cucina tipica siciliana, anche **le origini di questo dolce risalgono alla tradizione araba** e si possono oggi gustare in tutta la regione.

Di Silvia Guelpa



Agrumi di Sicilia

INFORMAZIONI:

<https://www.mammainviaggio.it/vacanze-in-sicilia-informazioni-mare-spiagge-dove-dormire/>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/due-giorni-a-palermo/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/alberghi-location/alba-palace-di-favara-lusso-nella-valle-dei-templi/>