



CAMERA DI COMMERCIO  
REGGIO CALABRIA

*Il menu di*

**Tradizioni**  
**Reggine**  
*saperi e sapori*



*Il menu di*  
**Tradizioni**  
**Reggine**  
*saperi e sapori*

**Tradizioni Reggine, saperi e sapori** è un progetto della Camera di commercio di Reggio Calabria, pensato per tutelare e promuovere le produzioni agroalimentari ed enogastronomiche tipiche del territorio. Con l'iniziativa **Il menu di Tradizioni Reggine** la Camera di commercio propone un menu celebrativo e fortemente rappresentativo della cultura enogastronomica locale. Tutte le strutture (ristoranti, trattorie, agriturismi, pizzerie, bar, ecc.) che aderiscono propongono, accanto al loro consueto menu, un menu speciale, composto esclusivamente da prodotti tipici, ricette e piatti della tradizione, diventando veri e propri ambasciatori della cultura enogastronomica locale.



*I Bronzi di Riace (su concessione del Ministero della Cultura n. 101 del 22-12-2022, Museo Archeologico Nazionale di Reggio Calabria)*



CAMERA DI COMMERCIO  
REGGIO CALABRIA

*Per festeggiare il 160° Anniversario della Camera di commercio di Reggio Calabria abbiamo voluto sostenere l'iniziativa "Tradizioni Reggine, saperi e sapori - il menu", con l'elaborazione di un menu celebrativo, in cui la riscoperta di alcune ricette e piatti della tradizione si lega alla promozione dei prodotti tipici di eccellenza con preparazioni rivisitate in chiave moderna.*

*Fra i nostri obiettivi, la valorizzazione delle tradizioni enogastronomiche del territorio, quali elementi culturali ed etnici in grado di rafforzare e qualificare l'accoglienza reggina, con positive ricadute per tutte le imprese del territorio metropolitano.*

*Un sentito grazie è rivolto alle associazioni ed agli operatori che hanno contribuito alla selezione delle ricette e dei prodotti inseriti nel menu.*

*Un particolare ringraziamento va al Prof. Filippo Arillotta, studioso ed esperto conoscitore delle tradizioni del territorio, per il prezioso contributo nella raccolta delle curiosità storiche e gastronomiche che arricchiscono il menu.*

*Il Presidente*

**Antonino Tramontana**



**Il territorio di Reggio Calabria**, che occupa l'estrema punta dello Stivale, per varietà di paesaggi e **ricchezza** del patrimonio naturalistico, storico e culturale, raccoglie in sé il meglio delle **bellezze del Paese**.

È una terra generosa, capace di affascinare con i miti e le impronte delle civiltà del suo **ricchissimo passato**, di interessare con le testimonianze delle culture che vi si sono succedute e incrociate nel corso dei secoli, ma anche di attirare con i colori e i paesaggi di struggente bellezza.

E, ovviamente, di incantare con i **sapori** della sua tavola.

Qui, i Greci trovarono il terreno ideale per la **coltivazione della vite e dell'ulivo**, oltre a saper esaltare la prelibatezza dei **pesci** del suo mare.

I Romani intensificarono il legame con la montagna e l'allevamento di **maiali e ovini**. Gli Arabi portarono gli **agrumi**, i Normanni lo **stocco** e l'imperatore Carlo V introdusse la coltura della **segale** (qui chiamata "Jurmanu").

Dall'antichità fino ai nostri giorni, i prodotti alimentari sono i **nobili doni** di una terra in cui sole, brezza marina e varietà dei terreni hanno consentito a qualunque specie vegetale o animale di prosperare e sviluppare tutte le caratteristiche che rendono i prodotti, lavorati da mani sapienti di **antiche tradizioni e tecniche uniche al mondo**, inconfondibili.

# Il Menu

Tradizioni Reggine è un **menu speciale** per offrire il piacere di entrare appieno nella cucina e nelle tradizioni del territorio metropolitano. Potrà capitare altre volte di assaggiare pietanze simili, ma sarà difficile che riescano a riproporre il mix di profumi, sapori e consistenza che i prodotti di **Reggio Calabria** offrono a chi ha l'opportunità di gustarli **nel loro luogo di origine!**

## ANTIPASTO



### PAG 11

Stoccafisso con oliva  
Ottobratica, arancia  
di Villa San Giuseppe  
e bergamotto  
di Reggio Calabria

## PRIMO



### PAG 15

Struncatura  
con acciughe, olive,  
peperoncino calabrese  
e olio extravergine  
d'oliva

## SECONDI



### PAG 19

Pesce spada  
alla Bagnarota



### PAG 23

Filetto di maiale nero  
Aspromontano, pancetta  
Aspromontana  
e fagiolo occhio nero



### PAG 27

Pizza Fata Morgana

Il menu presenta e racchiude prodotti da tutte le aree della terra e del mare di Reggio Calabria: **il pescestocco, il maialino nero e lo "Jurmanu"** come simbolo dell'Aspromonte, **il pesce spada** in rappresentanza dello Stretto, **il bergamotto** per Reggio Calabria e la sua costa Jonica, **l'olio e il pecorino** dalla Piana di Gioia Tauro, **l'olio della Jonica e i vini** da tutta la Città metropolitana.

SU **TRADIZIONIREGGINE.IT**  
SONO RIPORTATE TUTTE  
LE STRUTTURE CHE ACCANTO ALLE  
PROPRIE PROPOSTE OFFRONO ANCHE  
IL **MENU DI TRADIZIONI REGGINE**

## DOLCI



**PAG 30**  
Dito d'apostolo



**PAG 31**  
Rhegion, il dolce  
dei Bronzi



**PAG 32**  
Spumone Reggino



**PAG 33**  
Occhi dei Bronzi,  
il dolce dei Reggini

## DA BERE



**PAG 35**  
Vini DOP e IGP  
del territorio  
metropolitano  
di Reggio  
Calabria



**PAG 36/37**  
Birra Ryece  
Summer Ale



**PAG 38**  
Cocktail  
Amaranto

# I prodotti del territorio

Una piccola rappresentanza che si offre come la somma dei prodotti di **Reggio Calabria**: tutti con **caratteristiche uniche**, che trovano il loro fondamento nelle peculiarità geologiche, agronomiche e climatiche della zona. Qui, gli alimenti sono lavorati e conservati secondo le inflessibili regole tradizionali. Solo così, infatti, sedersi a tavola diventa l'espressione feconda e gioiosa del **legame con il territorio**.



**PAG 8/11**  
Lo stocco



**PAG 9/11/15/19**  
Le olive



**PAG 13/15**  
La struncatura



**PAG 15/23**  
Il peperoncino



**PAG 17/19**  
Il pesce spada

Conoscere **la cucina reggina** è prima di ogni altra cosa **un piacere del palato**, ma diventa al tempo stesso **un modo per capire meglio questo territorio**: non solo quali sono i frutti e **i sapori naturali** della terra, ma soprattutto i modi in cui gli uomini hanno imparato a trasformarli e mescolarli tra loro, dando origine a **gustosi piatti tradizionali**.



**PAG 21/23**  
Il maialino nero



**PAG 24/27**  
Il pecorino  
d'Aspromonte



**PAG 25/27/36/37**  
Lo Jurmanu



**PAG 11/29/30/31  
33/36/37/38**  
Il bergamotto  
di Reggio Calabria



**PAG 35/38**  
Il vino



**PAG 11/15/19/23/27/31**  
L'olio extravergine  
d'oliva

## LO STOCCO



“Pescestocco” è il nome che viene dato allo stoccafisso, merluzzo essiccato al freddo vento del Mare Glaciale Artico ed esportato in tutta Europa fino al Mediterraneo.

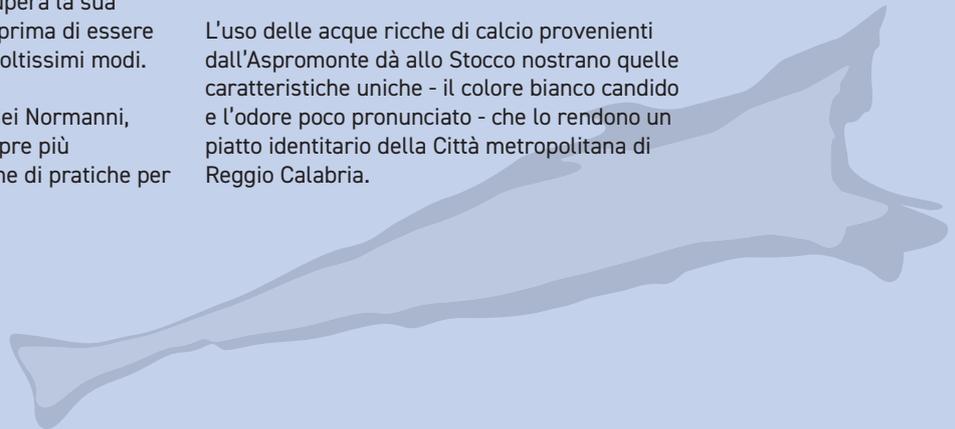
Viene fatto rinvenire attraverso numerosi ammolli in acqua corrente, finché non recupera la sua consistenza morbida e spugnosa prima di essere lavorato, preparato e servito in moltissimi modi.

Arrivato sul territorio al seguito dei Normanni, il Pescestocco è stato via via sempre più diffusamente integrato nell'insieme di pratiche per

la conservazione del pesce sotto sale - già diffuse nella zona da tempi ben più antichi.

Il suo uso era diffusissimo nelle contrade reggine perché contribuiva all'alimentazione nei molti giorni di magro imposti dal Rito cattolico ed era un ottimo sostituto della ben più costosa carne rossa.

L'uso delle acque ricche di calcio provenienti dall'Aspromonte dà allo Stocco nostrano quelle caratteristiche uniche - il colore bianco candido e l'odore poco pronunciato - che lo rendono un piatto identitario della Città metropolitana di Reggio Calabria.



## LE OLIVE



La Calabria non è solo terra di vini e di agrumi. Anche l'olivicoltura è tra i comparti produttivi più importanti dell'economia del territorio reggino. A caratterizzare questo settore soprattutto è la varietà: una fonte di produzione agricola di olive e olio extravergine, certo, ma anche una vera e propria ricchezza ambientale coltivata con i metodi dell'agricoltura più tradizionali.

Antesignani, loro malgrado, della celebrata dieta mediterranea, i contadini e i pastori usavano rifocillarsi abbinando il pane a una manciata di olive. Un piatto nato e definito, in modo fuorviante, ancora oggi come un piatto "povero", seppur ricchissimo di vitamine, gustoso e genuino: un vero e proprio "must" della cucina calabrese. Infornate, schiacciate, ripiene, "cunzate" o semplicemente tirate fuori dal "boccaccio", le olive nostrane offrono una varietà di sapori antichi e tradizionali, da gustare ancora oggi nella loro pienezza.



**ANTIPASTO**  
**STOCCAFISSO**  
**CON OLIVA OTTOBRATICA,**  
**ARANCIA DI VILLA**  
**SAN GIUSEPPE E BERGAMOTTO**  
**DI REGGIO CALABRIA**



**INGREDIENTI**

per 4 persone

- 600 g filetto di stoccafisso
- 80 g olive Ottobratica in salamoia
- 60 g sedano
- 1 arancia di Villa San Giuseppe
- 1 limone di Favazzina
- 1 bergamotto di Reggio Calabria
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe bianco q.b.

**PREPARAZIONE**

*Ricavare dal filetto di stoccafisso delle lamelle sottili. Condire con olio EVO, sale, pepe, succo di arancia, gocce di limone e bergamotto di Reggio Calabria. Lasciarle marinare per 15 minuti circa.*

*Per servire:  
Intervallare le lamelle di stoccafisso con le olive Ottobratica, le fettine di sedano, una leggera macinata di pepe e completare il piatto con un filo di olio EVO.*



## LA STRUNCATURA



La “struncatura” è una particolare qualità di pasta prodotta sul versante tirrenico della provincia di Reggio Calabria ed in particolare nella Piana di Gioia Tauro.

Leggenda vuole che fosse prodotta con gli scarti della molitura dei cereali, addirittura raccolta dal pavimento! In realtà la sua origine, il suo nome e la sua forma particolare sono dovuti ad un pastificio fondato a Gioia Tauro da imprenditori amalfitani che la realizzavano con i residui della pasta prodotta, che venivano tagliati (“stroncati”) per consentire l’impacchettatura una volta lasciata la pasta ad essiccare per un solo giorno: questa massa già più asciutta veniva mescolata a un po’ di olio, rimessa nel laminatoio per formare delle

linguine, che risultavano di un colore particolare per via del processo di ossidazione dell’impasto.

Questa pasta era quindi una seconda scelta, e perciò veniva venduta a prezzo minore di quella bianca. Acquistata a buon mercato, veniva condita con olio d’oliva riscaldato e sardine sotto sale dissolte nell’olio. Una volta condita la pasta, la si cospargeva di mollica di pane abbrustolita, al posto del più costoso formaggio.

Eppure, il risultato era, già allora, un piatto estremamente gustoso, economico e anche molto energetico. Non è quindi un caso se ancora oggi la “struncatura” è uno dei piatti più apprezzati e caratteristici della zona di Reggio Calabria.

*Lo Scoglio  
dell'Ulivo,  
Costa Viola  
(ph: Pasquale  
Arbitrio)*



**PRIMO**  
**STRUNCATURA**  
**CON ACCIUGHE, OLIVE,**  
**PEPERONCINO CALABRESE**  
**E OLIO EXTRAVERGINE**  
**D'OLIVA**



**INGREDIENTI**

per 6 persone

- 500 g pasta struncatura
- 1 spicchio d'aglio
- 18 filetti di acciuga sott'olio
- 120 g olive Ottobratica denocciolate
- 12 g capperi lacrimella
- Olio extravergine d'oliva
- Pangrattato aromatizzato all'acciuga
- Peperoncino calabrese fresco

**PREPARAZIONE**

*In una padella versare l'olio e lasciarlo insaporire con uno spicchio d'aglio.*

*Versare i filetti di acciuga e lasciar cuocere a fiamma bassa mescolando fino a farli sciogliere.*

*Aggiungere il trito di olive e i capperi dissalati. Aggiungere il peperoncino e una parte di pangrattato per far assorbire l'olio di cottura.*

*Portare a ebollizione l'acqua salata in una pentola, calare la struncatura e lasciarla cuocere per il suo tempo di cottura. Scolare la struncatura, versarla nella padella e mantecare aggiungendo di tanto in tanto dell'acqua calda non salata.*

*Completare il piatto con il pangrattato aromatizzato.*



## IL PESCE SPADA



Il pesce spada dello Stretto di Messina, oltre ad essere gustosissimo, porta con sé una tradizione incredibilmente antica legata a una tecnica di pesca molto particolare.

Degli esperti "osservatori" si collocavano in collina, con il compito di avvisare le barche dell'arrivo dei pesci. Una volta avvenuta la segnalazione a un pescatore esperto collocato su un lungo albero (l'antenna), quest'ultimo faceva partire i rematori.

A forza di vogate, la punta della barca, con una lunga passerella alla cui estremità era collocato il fiociniere, veniva avvicinata alla preda. Supportato

dalle urla dell'uomo sulla coffa, il fiociniere individuava il pesce spada e lo colpiva.

Il pesce spada nostrano, qui anche conosciuto come il "Principe del mare", ha una carne morbida e saporita, dal sapore delicato, che non richiede null'altro che olio e origano da distribuire sulla carne arrostita alla brace.

Alle sapienti preparazioni che da generazioni si tramandano intatte, si aggiungono i condimenti più recenti come qualche pomodoro appena rotto con le mani, qualche capperone e qualche oliva che danno vita alla ricetta "alla bagnarota", dal nome del centro marinaro dove è molto praticato questo tipo di pesca.

*Passerella,  
imbarcazione  
per la pesca  
del pesce spada  
(ph: Roberta  
Lo Schiavo)*



**SECONDO**  
**PESCE SPADA**  
**ALLA BAGNAROTA**



**INGREDIENTI**

per 4 persone

- 800 g pesce spada tagliato a fette
- 200 g pomodori pelati
- 1 cipolla rossa di Tropea fresca
- Olive Ottobratica (o verdi) q.b.
- Capperi dissalati q.b.
- Prezzemolo q.b.
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.

**PREPARAZIONE**

*Mettere sul fuoco una padella, aggiungere l'olio EVO, la cipolla di Tropea fresca tritata e lasciar rosolare, aggiungere i capperi lavati e le olive Ottobratica denocciolate o anche intere, lasciar insaporire e aggiungere i pelati.*

*Lasciar cuocere per almeno 10 minuti (aggiungere un po' d'acqua, se necessario, e un pizzico di sale).*

*Quando il pomodoro è già cotto aggiungere il pesce spada.*

*Lasciar cuocere per qualche minuto, girare i tranci e lasciare coperto per non più di 3-4 minuti per non fargli perdere morbidezza e succosità.*

*Spolverare con del prezzemolo fresco tritato e aggiungere un filo di olio EVO.*



## IL MAIALINO NERO



Se la vostra visita nel territorio della Città metropolitana di Reggio Calabria ha contemplato una passeggiata nei freschi boschi di Aspromonte, vi sarà forse capitato di imbattervi in un gruppo di maiali: non temete, non sono pericolosi, anzi! Sono gli eredi di una specie fra le più antiche che abita le nostre montagne, il Suino nero di Calabria.

Animale antichissimo, si è mantenuto distante da ibridazioni grazie alle sua particolarità di vivere allo stato brado: da ciò deriva la sua taglia, inferiore a quella di altri suoi simili cresciuti negli allevamenti, e il suo tempo di crescita, che supera l'anno per completarsi verso i due anni di vita. La Calabria è stata nota per i suoi maiali fin

dall'antichità: il suo tributo a Roma in età imperiale, era costituito in buona parte proprio dalla "caro porcina". In tempi più recenti, il famoso avventuriero Giacomo Casanova, che aveva brevemente vissuto in Calabria, di questa esperienza ricordava "i meravigliosi salumi, mai più assaggiati altrove!".

Il maialino nero stava scomparendo, ma da qualche decennio se ne è ripreso l'allevamento e la sua carne risulta oggi apprezzatissima, perché la vita allo stato brado e un regime di alimentazione totalmente naturale rendono le carni magre e dal sapore unico. Un'esperienza di gusto che solo la Calabria può offrire ai suoi ospiti.

*Parco Nazionale  
D'Aspromonte,  
Pietra Cappa  
(ph: eborghi)*



## SECONDO

### FILETTO DI MAIALE NERO ASPROMONTANO, PANCETTA ASPROMONTANA E FAGIOLO OCCHIO NERO



#### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 filetto di maiale nero Aspromontano
- 8 fette di pancetta tesa Aspromontana
- 80 g caciocavallo di Ciminà
- 20 cl latte
- 15 g 'Nduja di Spilinga
- 200 g fagiolo occhio nero
- 1 spicchio d'aglio
- 2 foglie di alloro
- Peperoncino
- Semi di finocchio selvatico
- Sale e pepe
- Olio extravergine d'oliva

#### PREPARAZIONE

Mettere a bagno per 12 ore i fagioli in abbondante acqua fredda. Prendere una pentola e mettere tutti i profumi, aglio in camicia, peperoncino intero, semi di finocchietto selvatico e foglie di alloro. Coprire con acqua fredda e portare in cottura. All'inizio del bollore abbassare la fiamma e coprire. Proseguire la cottura per un paio di ore, fino a quando non risulteranno morbidi. Ogni tanto verificare che ci sia acqua a sufficienza.

Nel frattempo, sciogliere a bagnomaria il caciocavallo di Ciminà nel latte e aggiungere la 'Nduja di Spilinga. Tenere in caldo. Aprire il filetto di maiale nero in lungo e insaporirlo con un condimento di olio EVO, sale, pepe e foglioline di timo. Scaldare una padella antiaderente su fiamma viva e arrostiti entrambi i lati del filetto per bloccarne all'interno i liquidi. Stendere il filetto e farcirlo con le fette di pancetta tesa Aspromontana. Arrotolare il filetto nella carta da forno. Stringere forte per evitare la fuoriuscita del liquido di cottura.

Cuocere in forno a 160° per 20 minuti. Recuperare il liquido di cottura per preparare un fondo.

#### Presentazione

Tagliare il filetto in 8 parti uguali e posizionare due parti su un piatto di medie dimensioni. Stendere un filo di crema di caciocavallo di Ciminà e 'Nduja di Spilinga.

Completare il piatto con il fondo di carne, un filo di olio EVO e un cucchiaino di fagioli occhio nero.

## IL PECORINO D'ASPROMONTE



L'allevamento delle pecore ed il consumo del loro latte per trarne ricotte e formaggi è antichissimo e diffuso in tutto il mondo. Il Pecorino Aspromontano rientra quindi in una tradizione plurimillenaria, e la continuità culturale della pastorizia – ricca varietà dei pascoli e stagionatura praticata con tecniche tradizionali – fa sì che il Pecorino Aspromontano mantenga ancora oggi inalterate le sue caratteristiche di sapore.

È per questo che chi assaggia il pecorino a Reggio Calabria farà un vero viaggio a ritroso nel tempo: il suo ricco aroma potrà farci immaginare di essere con Ulisse a mangiare i

formaggi prodotti dal crudele Polifemo. I latticini di Aspromonte sono oggi riconosciuti in tutto il mondo per la loro qualità e il loro sapore inimitabile, riproponendo una tradizione antichissima che li aveva già portati ad essere tanto diffusi e alla portata di tutti, quanto una prelibatezza sulle tavole più ricercate, in Europa e nel Mediterraneo.

Un piatto semplice ma estremamente gustoso e da ricordare è “la ‘mpanata”, che si otteneva mettendo delle fette di pane durevole dei pastori d'Aspromonte in una ciotola in cui veniva versato il siero rimanente dalla lavorazione della ricotta che lo ammorbidiva.

## LO JURMANU



La segale è uno dei cereali più diffusi nell'Europa centrale ma, per gli strani viaggi che i cibi compiono al seguito degli uomini, ha trovato un habitat ideale anche nel nostro territorio.

Non si sa chi abbia diffuso tale coltivazione: fra le tante ipotesi si riporta quella che vuole la segale viaggiare al seguito di Carlo V, l'imperatore sul cui regno non tramontava mai il sole, che proprio a Seminara combatté uno scontro decisivo contro il suo nemico, Francesco I di Francia.

Carlo V, l'imperatore del Sacro Romano Impero, l'avrebbe, quindi, introdotta proprio dai suoi territori tedeschi. Questo, secondo qualche antico commentatore, spiegherebbe l'origine del nome "Jurmanu" con cui la segale è conosciuta in tutto il Sud Italia. Vera o non vera questa ipotesi, fatto sta che, come per tanti altri prodotti, qui la segale ha ben attecchito, fino ad assumere caratteristiche proprie, che consentono di dire che ormai lo

Jurmanu è uno degli alimenti identitari del territorio.

Facile da coltivare, robusto, di poche pretese, era il cereale ideale per le classi più umili, che difficilmente avevano accesso al grano ed alla sua delicata farina. Era quindi usato per ricavarne un pane scuro che forniva un succedaneo utile alla povera alimentazione di contadini e pastori.

Con l'arrivo di maggiori quantità di grano e la migliore disponibilità di farina bianca, la coltura dello Jurmanu aveva cominciato a conoscere un rapido declino, fino quasi a farlo scomparire. Oggi, in una generale rinnovata attenzione verso le colture tradizionali, lo Jurmanu conosce una nuova popolarità, tanto da essere utilizzato anche per altri prodotti alimentari: i mastri birrai lo hanno inserito nella preparazione di birre dal sapore intenso e profumato, come quella creata per l'occasione di questo menu, in cui si incontrano diversi ingredienti locali, e in cui lo Jurmanu gioca un ruolo determinante.



## SECONDO PIZZA FATA MORGANA



La pizza Fata Morgana è un chiaro omaggio al territorio reggino e già dal nome richiama volutamente il fenomeno ottico visibile nello Stretto. Tra i suoi ingredienti spiccano le arance calabresi, usate sotto forma di confettura, e la salsiccia essiccata, altro forte richiamo alla gastronomia del luogo. Ad essi, su base mozzarella, si aggiunge la polvere di caffè e il pecorino locale.

### INGREDIENTI

#### Impasto

- 900 g farina tipo 1
- 100 g farina di segale varietà "Jurmano"
- 50 g olio extravergine d'oliva
- 700 ml acqua
- 25 g sale
- 4 g lievito di birra fresco

#### In cottura e topping

- Mozzarella
- Pecorino locale
- Salsiccia essiccata
- Confettura di arance
- Belladonna
- Polvere di caffè

### PREPARAZIONE

Utilizzando gli ingredienti previsti dalla ricetta sarà possibile preparare l'impasto, definirne tempi e modi di lavorazione e cottura, secondo le diverse tecniche che appartengono ad ogni pizzaiolo professionista.



## IL BERGAMOTTO DI REGGIO CALABRIA



Il bergamotto di Reggio Calabria è unanimemente conosciuto come "principe degli agrumi". E tale nome appellativo è ben meritato, perché non è un agrume come gli altri.

Specie naturalisticamente più recente rispetto ai suoi più diffusi fratelli, si è subito imposto per la sua peculiare profumazione e per le sue virtù salutari. In breve tempo ha conquistato le corti europee, assurgendo al ruolo di elemento distintivo pregiato, simbolo di raffinatezza e buon gusto.

Aveva però un difetto: la sua coltivazione era molto difficile e dispendiosa, a fronte di un notevole impegno. Ma una volta sbarcato sulla sponda reggina dello Stretto, il bergamotto ha trovato il suo luogo ideale, ha piantato salde radici e ha iniziato a crescere come in nessun'altra

parte del mondo: mentre altrove veniva relegato al ruolo di curiosità botanica, a Reggio Calabria offriva frutti copiosi e ricchi della sua inimitabile essenza.

Giustamente, quindi, si parla di bergamotto di Reggio Calabria: ma, mentre per tre secoli la sua coltivazione veniva destinata all'industria profumiera, dalla metà del secolo scorso se ne è riscoperto l'importante utilizzo anche in gastronomia.

Oggi gli imprenditori del gusto usano sapientemente il frutto fresco per dare ai loro prodotti un tocco di eleganza, sapore e profumo inimitabili: il bergamotto di Reggio Calabria è infatti un ottimo esaltatore del gusto e, usato a dovere, rende i piatti in cui è presente assolutamente unici.

*Bergamotto  
di Reggio Calabria  
(ph: Rita Pizzimenti)*

Dolce tipico della Città metropolitana di Reggio Calabria, in particolare di Bagnara Calabria, dal gusto sorprendente. Preparato con morbido pan di spagna ripieno di una leggera crema e magistralmente decorato da una delicata glassa di zucchero fondente al bergamotto di Reggio Calabria, che ne esalta l'aspetto e ne custodisce la fragranza.

## DOLCE DITO D'APOSTOLO



### INGREDIENTI

#### Montata leggera (pan di spagna)

- 250 g tuorlo d'uovo
- 150 g zucchero
- 500 g albumi
- 75 g zucchero
- 10 g succo di limone
- 200 g farina
- 75 g fecola

#### Glassatura

- 250 g zucchero
- 65 g acqua
- Olio essenziale di bergamotto

### PREPARAZIONE

Montare i tuorli con lo zucchero, fino ad ottenere un impasto spumoso. A parte, montare gli albumi a neve con il succo di limone e lo zucchero rimasto. Amalgamare tuorli e zucchero agli albumi montati, setacciare farina e fecola e incorporare al composto.

Con l'aiuto di una sac a poche riempire dei cilindri preparati con carta da forno fino a  $\frac{3}{4}$  dello stampo. Cuocere per 15 minuti in forno a 180°C.

Far raffreddare i cilindri e con l'aiuto di un bastoncino a cilindro svuotare l'interno e riempire con crema.

Preparare la glassatura e ricoprire il dolce.  
Decorare a piacere.

**DOLCE**  
**RHEGION,**  
**IL DOLCE DEI BRONZI**



Studiato da un team di pasticceri reggini, questo dolce è un'esperienza di degustazione dei sapori e dei profumi degli ingredienti tipici utilizzati, come il bergamotto di Reggio Calabria, l'olio extravergine di oliva, le clementine, le mandorle e la farina aspromontana e lascia un segno indelebile che legherà i ricordi del turista alla città di Reggio Calabria.

**INGREDIENTI**

- 185 g uova
- 175 g tuorlo
- 175 g zucchero
- 25 g miele
- 50 g zucchero invertito
- 150 g burro
- 100 g olio EVO al bergamotto
- 170 g polvere di mandorla
- 175 g farina frolla
- 100 g fecola
- 10 g lievito
- 250 g mandarino "clementina" candito
- 20 g bergamotto candito
- 8 g zest limone
- 2 g zest bergamotto

**Bagna  
al bergamotto**

- 140 g acqua
- 85 g limoncello
- 20 g liquore al bergamotto
- 100 g zucchero
- 6 g zest limone
- 2 g bergamotto

**PREPARAZIONE**

In una planetaria munita di foglia inserire il burro, lo zucchero, il miele, lo zucchero invertito e le zest. Montare per 2 minuti e cominciare ad inserire un terzo dei liquidi. Fare assorbire e ripetere l'operazione altre 2 volte.

Aggiungere la frutta e lasciare mescolare fino a totale dispersione. Setacciare bene le polveri e versarvi sopra la polvere di mandorle. Arrestare la planetaria e inserire le polveri. Lasciare girare in prima velocità fino a totale assorbimento.

Riporre l'impasto in frigo e lasciarlo riposare almeno un'ora.

Cuocere a 160° per 45 min circa.

**DOLCE**  
**SPUMONE REGGINO**



La storia della pasticceria di Reggio Calabria si intreccia indissolubilmente con un prodotto identitario e dal gusto inconfondibile: la famosa “Crema Reggina”, inventata negli anni '60 dal maestro Giuseppe Caridi, socio e titolare dell'allora pasticceria “Caridi e Laganà”, con l'intenzione di celebrare la città. Una delizia dal tipico colore rosa riconosciuta e nota a tutti come il gusto di Reggio Calabria. Crema base allo zabaione aromatizzata con una stecca di cannella, rum, gocce di cioccolato e ciliegie candite, colorata naturalmente e con un sapore originale che ha davvero conquistato tutti. La Crema Reggina è prevalentemente un gusto di gelato che tutt'oggi si può assaggiare in tutte le gelaterie della città ed è anche una crema deliziosa per farcire torte o pasticcini.

**INGREDIENTI**

- 1 l latte
- 100 g panna
- 210 g zucchero
- 40 g destrosio
- 80 g tuorlo d'uovo
- 40 g rum 70°
- 1 bacca di cannella
- Gocce di cioccolato fondente q.b.
- Ciliegie rosse candite q.b.

**PREPARAZIONE**

Miscelare il latte, la panna e i tuorli, aggiungere gli zuccheri, mixare il tutto e aggiungere la bacca di cannella a infusione durante la bollitura della miscela a 85° (pastorizzazione).

Aggiungere il rum a miscela fredda. Mantecare e in estrazione aggiungere le gocce di cioccolato e le ciliegie candite.

**DOLCE**  
**OCCHI DEI BRONZI,**  
**IL DOLCE DEI REGGINI**



Come Pitagora di Reggio ha modellato la perfezione dei Bronzi, la maestria dei pasticceri reggini plasma la tradizione ma con il gusto della modernità. Un'esplosione di sapori, un bouquet variegato di fragranze dalla Magna Grecia per i tuoi momenti in compagnia. Occhi dei Bronzi, il dolce dei Reggini, ideale da consumare a fine pasto accompagnato da un Passito o un Mantónico di Bianco. Al profumo degli agrumi di Reggio Calabria racchiude la storia, le tradizioni e i sapori della nostra terra.

**INGREDIENTI**

- 700 g farina di castagne
- 600 g miele
- 400 g amido di mais
- 400 g farina di mandorla
- 200 g sciroppo di zucchero
- 200 g succo di bergamotto di Reggio Calabria
- 200 g arancio candito
- 200 g bergamotto di Reggio Calabria candito
- 10 g bicarbonato di ammonio
- 10 g agente lievitante
- 1 g garofano e cannella

**Copertura**

- 1 kg zucchero
- 80 g cacao fondente

**PREPARAZIONE**

Impastare miele, sciroppo di zucchero, succo di bergamotto, canditi d'arancio e di bergamotto di Reggio Calabria, garofano e cannella e ammoniaca.

Aggiungere la farina di castagne, la farina di mandorle e l'amido con una bustina di lievito per dolci.

Dopo aver amalgamato il tutto, formare delle palline da circa 15 g ciascuna.

Posizionare sulle teglie ed infornare a 180°C per circa 8 minuti.

Fare raffreddare e successivamente ricoprire con cioccolato fondente.



## IL VINO



La vocazione vinicola della Calabria è nota fin dalla più remota antichità, tant'è che i Greci chiamavano la nostra terra "Enotria", ovvero "Terra del Vino" prima ancora di insediarsi. Le numerose qualità di vite che si sono via via sviluppate, adeguandosi alle diverse tipologie di terreno, irrigabilità, esposizione, hanno dato nel tempo vita a vini differenti a seconda della località di coltivazione.

La Città metropolitana di Reggio Calabria ha ottenuto, fin dalla istituzione delle DOC, due riconoscimenti: il Bivongi, un vino che ha rappresentato da subito un'eccellenza nel campo dei rossi, e il Greco di Bianco, un vino la cui produzione è mantenuta intatta secondo metodi millenari, che danno un nettare dolce e profumato. Accanto a queste due DOC, oggi DOP, si sono via via aggiunte sette IGT, oggi IGP, a testimonianza della capacità dei produttori di investire nella cura dei vitigni per produrre ottimi vini, oramai diffusi ampiamente nei circuiti di distribuzione nazionali ed internazionali.

Il vino calabrese, e quello reggino in particolare, sta riscuotendo grande interesse: una viticoltura rispettosa della tradizione ma dedita a costanti attività di ricerca ha permesso di rilanciare i vitigni Gaglioppo - il più usato - Calabrese, Magliocco, Nerello, Greco Nero e Bianco e molti altri.

Questi, grazie alle loro caratteristiche, hanno iniziato ad uscire dall'ambito del vino da taglio e a dare dignità a nomi come Costa Viola, Scilla, Arghillà, Pellaro, Palizzi e Locride, tutte IGT della Città metropolitana, oltre alla IGT Calabria, condivisa in tutto il territorio regionale.

Ma per gli intenditori, o anche semplici amanti del buon bere, Reggio Calabria e il suo territorio offrono tantissime altre sorprese, come i nuovi sorprendenti bianchi e rosé.

Un territorio da scoprire quindi, e da gustare in tutte le sue innumerevoli sfumature. Vini compresi.

*Uva calabrese nero  
(ph: Enzo Bellina)*



Il nome Ryece viene da un simpatico gioco di parole, da segale in inglese "rye". Malto d'orzo italiano, Jurmano Aspromontano, scorze di bergamotto di Reggio Calabria e luppoli provenienti dall'area del Pacifico: sono gli ingredienti scelti dai birrifici Reggini Artigianali per creare la birra dedicata ai famosi Bronzi di Riace.

Birra artigianale non filtrata e non pastorizzata, chiara, di moderata gradazione alcolica, che ricorda i sentori tipici di panificazione e con un contributo territoriale dato dal bergamotto di Reggio Calabria. Jurmano e bergamotto rendono questa birra unica e, una volta reperiti gli ingredienti, questa tipologia di birra potrà essere riprodotta in Italia e nel mondo, sia da birrifici artigianali che da appassionati della birrificazione casalinga.

Al bicchiere questa birra si presenta di color giallo paglierino con riflessi dorati, sormontata da un cappello di schiuma bianco e persistente.

Al naso spiccano sentori di bergamotto fresco, frutta esotica e resinosi. In bocca risulta molto scorrevole con corpo esile, si ritrovano anche qui sentori di frutta esotica ed erbacei con finale moderatamente amaro.



## BIRRA RYCE SUMMER ALE



### INGREDIENTI E CARATTERISTICHE

- Gradi plato: 12
- Fermentazione: alta
- Gradi Alcolici: 5.5
- Malti: malto Pilsner Italiano 90%, Jurmano Aspromontano 5%, fiocchi di frumento 5%.
- Tipo di ammostamento: infusione diretta
- Temperatura di ammostamento: 62 -72°C
- Durata ammostamento: 80 minuti
- Durata bollitura: 90 minuti
- Luppoli: Mosaic 75%, Cascade 25%, Azacca 25%
- Spezie: scorze di bergamotto di Reggio Calabria

### PREPARAZIONE / Stilata dai mastri birrai

Macinare con cura i malti e il Jurmano, mettere in infusione in acqua a 62°C per circa 40 minuti, portare la temperatura a 72° e mantenerla per circa 20 minuti.

Finita questa fase, portare la temperatura a 78°C per 15 minuti e procedere al filtraggio del mosto. Portare il mosto ad ebollizione per 90 minuti. Trascorsi 30 minuti dall'inizio della bollitura, inserire il luppolo Cascade in dosi pari a 2 gr/litro, trascorsi 70 minuti dall'inizio della bollitura inserire i luppoli Mosaic e Azacca in dosi pari a 3 gr/litro. Al termine dei 90 minuti far terminare la bollitura e aggiungere Mosaic in dosi pari a 3 gr/litro insieme alle scorze di bergamotto di Reggio Calabria (1 gr/litro).

Raffreddare il mosto fino a 20°C, inoculare un lievito neutro ad alta fermentazione e tenere la temperatura costante per circa 10-15 giorni. Procedere alla chiarificazione della birra e al suo confezionamento.  
Servire a 5°C.

**COCKTAIL  
AMARANTO**



Il nome amaranto deriva dal greco “amarantos” e significa “che non appassisce, durevole, immortale”.

L'amaranto è anche il colore della città di Reggio Calabria. Il colore dell'immortalità, ben si adatta ad una città che, malgrado le ripetute devastazioni prodotte dalla natura e dagli uomini, da tremila anni continua a vivere affacciata sul suo mare.

La prima notizia ufficiale dell'uso dell'amaranto come colore del gonfalone della città di Reggio Calabria risale ad epoca angioina, nel 1300, ma una leggenda vuole che furono i Normanni, all'epoca della conquista della Sicilia, che diedero a Reggio Calabria l'onore di fregiarsi di questo colore regale, per premiarla della sua importanza e fedeltà.

Amaranto, perciò, non poteva che chiamarsi il cocktail speciale proposto nel menu che ne richiama il colore e usa il tipico bergamotto di Reggio Calabria.

**INGREDIENTI**

- 30 ml liquore al bergamotto
- 30 ml vino rosso
- 20 ml soda al bergamotto
- 30 ml soda

**TECNICA DI COSTRUZIONE**

*Build Up  
GARNISH  
Fetta di bergamotto essiccato*



CAMERA DI COMMERCIO  
REGGIO CALABRIA

Per informazioni:  
[studi.promozione@rc.camcom.it](mailto:studi.promozione@rc.camcom.it)

*Il menu di*  
**Tradizioni**  
**Reggine**  
*sapori e sapori*

[tradizionireggine.it](http://tradizionireggine.it)

