

INHALT

EINFÜHRUNG	3
-------------------------	---

WURSTWAREN, KÄSE, FRITTIERTES und BELAGEN

WURSTWAREN: 'NDUJA'	7
SOPPRESSATA	7
SALAMI 'A SATIZZA'	8
SPECK und 'SANGUNAZZU'	8
'MACCULARU'	9
CAPOCCOLLO	9
BRATWÜRSTE	10
KÄSE: PROVOLA	10
DECORINO AUS DER REGION MONTE PORDO	11
RICOTTA	11
FRITTIERTES: KARTOFFELKLÖSE	12
AUBERGINENKLÖSE	12
FLEISCHKLÖSE	13
FRITTIERTE KÜRBISBLÜTEN	13
KRAPFEN MIT ZWIEBELN, PILZEN oder ARTISCHOCKEN	14
KOTLETTS AUS SARDELLEN und KRAPFEN AUS NINNATA	14
ZEPPOLE	15
ARANCINI GEFÜLLT MIT 'NDUJA'	15
BELAGEN: TOMATENSALAT MIT ZWIEBELN	16
GEBRÄTENE PAPRIKA und TOMATEN	16
ZWIEBELSALAT und OFENZWIEBELN	17
FRITTIERTE PAPRIKA und KÜRBIS	17

EINGELEGTES und VORSPEISEN

EINGELEGTES: AUBERGINEN IN ÖL	21
ZERSTOSSENE OLIVEN IN ÖL	21
OLIVEN IN SALZLAKEN	22
PEPERONCINOSCHOTEN IN ÖL	22
ZERSTOSSENE PEPERONCINOSCHOTEN IN ÖL	23
STEINPILZE IN ÖL	23
EINGELEGTE ZWIEBELN und ZWIEBELMARMELADE	24
GETROCKNETE TOMATEN IN ÖL	24
'BOMBA ALLA TROPEANA'	25
EINGELEGTE JUNGE FISCHES IN ÖL	25
VORSPEISEN: BRUSCHETTE MIT 'NDUJA'	26
BRUSCHETTE ALLA TROPEANA	26
BROT, ÖL und PEPERONCINO	27
'TABACCHERA' AUS PAPRIKA	27
'VASCIOIA', FRITTIERTE und ZEPPOLE	28
VORSPEISE AUS WURSTSPEZIALITÄTEN	28

VORSPEISE AUS KÄSESPEZIALITÄTEN	29
VORSPEISETeller AUS EINGELEGTEM	29
GEMISCHTE VORSPEISENPLATTE	30
VORSPEISE NACH BAUERNART	30
VORSPEISE MIT SPEZIALITÄTEN AUS DEM MEER	31
MARE E MONTI ALLA TROPEANA	31

ERSTER GANG

KICHERERBENSUPPE und KICHERERBSEN MIT PASTA	35
SAUBOHNENSUPPE und SAUBOHNEN MIT PASTA	35
WEISSE BOHNENSUPPE MIT GEMÜSE und PASTA	36
LINSEN (SUPPE, MIT PASTA oder MIT REIS)	36
GEMÜSESUPPE und GEMÜSEPFANNE	37
PASTA MIT RICOTTA	37
PASTA MIT STEINPILZEN	38
PASTA MIT AUBERGINEN	38
PASTA MIT KARTOFFELN	39
PASTA MIT ERBSEN	39
OMLETTE MIT PASTA	40
REISAUFLAUF	40
PASTA MIT ZWIEBELN	41
PASTA MIT BROCCOLI	41
SPAGHETTI MIT KNOBLAUCH, ÖL und PEPERONCINO	42
'VRODU CHINU'	42
FILEJA MIT 'NDUJA'	43
FILEJA MIT SCHWEINEFLEISCH	43
PASTA MIT FLEISCH	44
PASTA MIT SCHNECKEN	44
PASTA MIT DOLIDO	45
SPAGHETTI 'AL NERO DI SEPPIA'	45
PASTA MIT SEEIGEL und PASTA MIT MEERESNAPFSCHNECKEN	46
PASTA MIT FISCH	46
PASTA MIT THUNFISCH	47
PASTA MIT SARDELLEN	47

HAUPTGERICHTE

OMLETT	51
PARMIGIANA	51
PEPERONATA	52
ARTISCHOCKEN (GEFÜLLTE und AUFLAUF)	52
GEFÜLLTE AUBERGINEN	53

GEFÜLLTE PAPRIKA <i>und</i>		
GEFÜLLTE TOMATEN.....	53	
KARTOFFELN UND TOMATEN		
AUS DEM OFEN.....	54	
WEIHNACHTSSAUCE.....	54	
SCHWEINEFLEISCH.....	55	
GULASCH.....	55	
GEFLÜGEL <i>und</i>		
WILD 'ALLA CACCIATORA'.....	56	
HUHN (MIT PAPRIKA <i>oder</i> MIT ZWIEBEL).....	56	
KUTTeln 'ALLA CALABRESE'.....	57	
'L'OGLIATA' AUS SARDELLEN.....	57	
GEFÜLLTE SARDELLEN.....	58	
FRIITIERTER 'SURICI', 'PALAIE' <i>und</i>		
'TRACINE'.....	58	
STOCKFISCH 'ALLA TROPEANA'.....	59	
'PITTA DI CICCINNEA'.....	59	
GEMISCHTER FRITIERTER FISCH.....	60	
POLIPO.....	60	
FISCH IM EIGENEN SAFT.....	61	
GEFÜLLTER TINTENFISCH.....	61	
PIZZA, BROT <i>und</i> GEBÄCK	62	
PIZZA: PIZZA MIT 'NDUJA'.....	65	
PIZZA MIT ROTEN ZWIEBELN.....	65	
PIZZA 'ALLA TROPEANA'.....	66	
PIZZA MIT SPINAT.....	66	
'PITTA CHINA'.....	67	
'FOCACCIA RIPIENA'.....	67	
BROT: HAUSGEMACHTES BROT <i>und</i>		
'BISCOTTO DURO'.....	68	
GEBÄCK: 'PIZZICATE'.....	68	
'GELATINE'.....	69	
'NZUI'.....	69	
'U TURRUNI I FERRU'.....	70	
'A 'MPIGNOLATA'.....	70	
'CHIACCHERE'.....	71	
'SCIÙ'.....	71	
OSTERKRANZ MIT EI.....	72	
'PIE'.....	72	
'CURUWI D'OVA'.....	73	
GETROCKNETE FEIGEN.....	73	
'MASTAZZOLA'.....	74	
EIS <i>und</i> MARMELADE.....	74	
INHALT	75	