



UNIONE EUROPEA



MINISTERO DELL'AGRICOLTURA  
DELLA SOVRANITÀ ALIMENTARE  
E DELLE FORESTE



REGIONE PUGLIA

Dipartimento Agricoltura,  
Sviluppo Rurale e Ambientale



FEAMPA

PO 2021-2027  
Fondo europeo per gli  
affari marittimi, la pesca  
e l'acquacoltura

# Pescato di Puglia

FISH FROM PUGLIA







## *Qualità, sicurezza, sostenibilità. Puglia, un viaggio nella terra del gusto*

IL MARE È UNA RISORSA VITALE PER LO SVILUPPO DELL'INTERA FILIERA "BLU" REGIONALE, NON SOLO ECONOMICAMENTE MA ANCHE CULTURALMENTE E SOCIALMENTE

La Puglia, con i suoi 940 chilometri di costa, si colloca al quinto posto per la blue economy e al secondo per la produzione vinicola in Italia. Nel 2020, la regione ha rappresentato il 12,5% del pescato nazionale e il 13% della flotta pescherecci italiana. Nonostante tali dati rilevanti, la frammentazione della produzione impedisce una conoscenza adeguata da parte

dei consumatori. "Puglia Taste Experience" mira a colmare questa lacuna, offrendo nuove opportunità di consumo di pesce abbinato al vino, per aumentare la consapevolezza sui prodotti ittici e vinicoli pugliesi tra operatori e consumatori. Puglia Taste Experience propone un viaggio gustativo attraverso la Puglia autentica, dove mare e territorio si integrano in una filiera soste-

nibile, innovativa, radicata nelle tradizioni e nell'eccellenza enogastronomica contemporanea. Il pescato, l'acquacoltura e i vini pugliesi rappresentano una tradizione millenaria, parte integrante del patrimonio culturale mediterraneo. Il mare è una risorsa vitale per lo sviluppo dell'intera filiera "blu" regionale, non solo economicamente ma anche culturalmente e socialmente, poiché legato alle tra-

dizioni e alle identità locali. Per valorizzare questo patrimonio, è necessario investire in innovazioni produttive e processuali, nonché promuovere nuovi modelli di consumo, rispondendo alle esigenze di un pubblico sempre più attento alla qualità, alla sicurezza e alla sostenibilità ambientale.

**Donato Pentasuglia**  
Assessore all'Agricoltura  
Regione Puglia



## *Puglia, perfetta armonia tra gusto, benessere e sostenibilità*

Nel modo di vivere della Puglia, il benessere coincide con un'ottima alimentazione e l'armonia con il territorio, che si esprime attraverso prodotti naturali e piatti tradizionali. Seguire una dieta sana e bilanciata, basata sul modello mediterraneo, è essenziale per migliorare la qualità della vita, come dimostrano gli studi scientifici recenti. Il consumo di pesce è uno degli aspetti fondamentali di questa

dieta, poiché ricco di nutrienti essenziali come proteine di alta qualità, acidi grassi Omega-3 e vitamine come la B12 e la vitamina D. Il pesce fornisce anche minerali importanti come lo iodio, il calcio e il selenio, che svolgono un ruolo cruciale nell'azione antiossidante contro i radicali liberi. La Puglia, con la sua vasta costa sia sul Mar Adriatico che sul Mar Ionio, si posiziona tra le prime regioni italiane per estensione co-



LE SPECIE PREVALENTI  
NEL PESCATO  
PUGLIESE: MERLUZZO,  
GAMBERO ROSA,  
POLPO, CALAMARO,  
TRIGLIA, RANA  
PESCATRICE  
E PANNOCCHIA

stiera e prime nella classifica nazionale della Blue Economy. Nel 2020, le imprese legate all'economia marittima hanno generato un valore aggiunto di 2 miliardi di euro, rappresentando il 4,1% del totale nazionale. Con 45.000 occupati distribuiti in oltre 10.000 imprese, la regione mostra un'elevata attività economica legata al mare, soprattutto nei settori dell'alloggio, della ristorazione, della movimentazione di merci e passeggeri, e della pesca. L'importanza economica del sistema marittimo e portuale per la Puglia, e non solo, è innegabile. La Puglia si classifica sesta per volume di pesca e quinta per valore delle vendite, evidenziando

un trend positivo costante. Negli ultimi 10 anni, Taranto e Lecce hanno registrato la maggiore crescita, mentre Foggia presenta un calo significativo. Il maggior volume di pesca è concentrato nella provincia di Bari. Bari continua a primeggiare per valore, mentre la BAT ha registrato un aumento proporzionalmente maggiore nel valore aggiunto rispetto al volume. Foggia ha subito un forte calo. Taranto ha avuto un trend discontinuo, mentre Lecce conferma un andamento positivo.

### **L'ACQUACOLTURA IN PUGLIA**

L'acquacoltura in Puglia, pur estendendosi su tutto il territorio

LA DIVERSIFICAZIONE DELLE SPECIE ALLEVATE VEDE LA MOLLUSCHICOLTURA IN PRIMA POSIZIONE, SEGUITA DALLA PISCICOLTURA E DALL'ALLEVAMENTO DI CROSTACEI.



regionale, mostra una concentrazione maggiore di impianti nelle province di Taranto e Foggia. Questo scenario evidenzia il contributo significativo di Taranto all'intero settore dell'acquacoltura regionale.

La diversificazione delle specie allevate vede la molluschicoltura in prima posizione, seguita dalla piscicoltura e dall'allevamento di crostacei, quest'ultimo prevalentemente nell'area foggiana.

La Puglia riveste un ruolo cruciale nell'acquacoltura nazionale, essendo uno dei principali poli produttivi a livello nazionale e il primo nel Meridione. Questa posizione privilegiata è il risultato

delle potenzialità professionali e culturali, oltre che delle condizioni ambientali favorevoli presenti nella regione. Le tradizioni millenarie e l'esperienza nel settore ittico, unite alla presenza di estese zone umide e alle condizioni ambientali ottimali, hanno favorito lo sviluppo dell'acquacoltura in Puglia.

Le specie allevate principalmente sono la vongola verace e la cozza, seguite dalla mitilicoltura, presente soprattutto in Puglia e Campania.

La piscicoltura è diffusa in tutte le regioni, soprattutto nel Nord Italia. Le trote rappresentano la specie più prodotta, seguite dalle



IL 57,1% DEGLI ITALIANI CONSUMA PESCE ALMENO UNA VOLTA ALLA SETTIMANA, CON UN AUMENTO DEL 23,1% NEL CONSUMO DI PRODOTTI ITTICI.



orate dalle spigole. Gli impianti di crostacei sono meno diffusi e principalmente dedicati al ripopolamento. Per identificare gli allevamenti ittici, è stata effettuata un'analisi del database del Sistema Informativo Veterinario, che elenca i punti di controllo suddivisi per tipologia di allevamento e categoria. Gli elevati costi di produzione

rappresentano una sfida significativa per il settore della pesca e dell'acquacoltura, insieme alla difficoltà nell'aggregare masse critiche di prodotto e nella qualificazione delle produzioni. Pertanto, sono necessarie iniziative volte a valorizzare le produzioni, aumentandone il valore aggiunto e individuando nuovi mercati di sbocco.

Secondo uno studio commissionato da Unioncamere, il mercato del pesce negli ultimi quattro anni ha subito cambiamenti rapi-

di. La maggioranza degli italiani (57,1%) consuma pesce almeno una volta alla settimana, con un aumento del 23,1% nel consumo di prodotti ittici. La pesca nelle acque italiane è considerata più sostenibile rispetto a quelle estere, e viene sottolineata l'importanza di rispettare i periodi e le quantità di pesca consentite per ogni specie.

Il pesce di allevamento è apprezzato per il suo prezzo accessibile e la sostenibilità, mentre il pesce pescato è preferito per il gusto e

i valori nutrizionali. Gli operatori della pesca, supportati da politiche regionali, stanno mostrando una maggiore consapevolezza ambientale, contribuendo alla conservazione e al ripristino dell'ecosistema marino attraverso iniziative come il "fishing for litter" e la gestione sostenibile dei rifiuti marini.



THE SEA IS A VITAL RESOURCE FOR THE DEVELOPMENT OF THE ENTIRE REGIONAL “BLUE” SUPPLY CHAIN, NOT ONLY ECONOMICALLY BUT ALSO CULTURALLY AND SOCIALLY.

*Quality, safety, sustainability.  
Puglia, a journey to the land  
of taste*

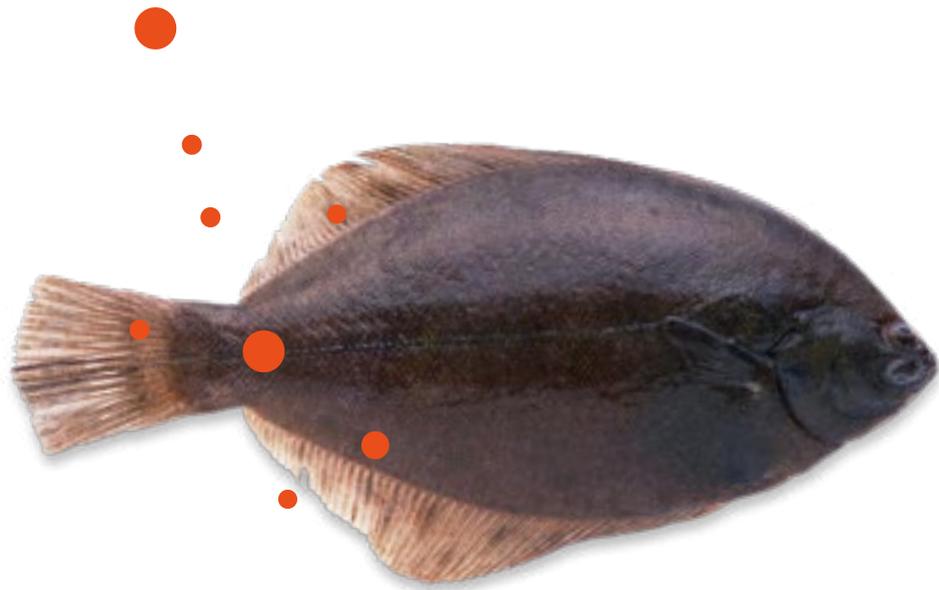
**P**uglia, with its 940 kilometers of coastline, ranks fifth for the blue economy and second for wine production in Italy. In 2020, the region represented 12.5% of the national catch and 13% of the Italian fishing fleet. Despite these relevant data, the fragmentation of production prevents adequate knowledge on the part of consumers. “Puglia Taste Experience” aims to fill this

gap, offering new opportunities for consuming fish paired with wine, to increase awareness of Apulian fish and wine products among operators and consumers. Puglia Taste Experience offers a tasting journey through authentic Puglia, where sea and territory integrate in a sustainable, innovative supply chain, rooted in traditions and contemporary

food and wine excellence. Fish, aquaculture and Apulian wines represent a thousand-year-old tradition, an integral part of the Mediterranean cultural heritage. The sea is a vital resource for the development of the entire regional “blue” supply chain, not only economically but also culturally and socially, as it is linked to local traditions and identities. To

enhance this heritage, it is necessary to invest in production and process innovations, as well as promote new consumption models, responding to the needs of a public increasingly attentive to quality, safety and environmental sustainability.

**Donato Pentassuglia**  
Assessore all’Agricoltura  
Regione Puglia



## *Puglia, perfect harmony between taste, well-being and sustainability*

In the Puglian way of life, well-being coincides with excellent nutrition and harmony with the territory, which is expressed through natural products and traditional dishes. Following a healthy and balanced diet, based on the Mediterranean model, is essential to improve the quality of life, as recent scientific studies demonstrate. Consumption of fish is one of the fundamental aspects of this diet, as it is rich

in essential nutrients such as high-quality proteins, Omega-3 fatty acids and vitamins such as B12 and vitamin D. Fish also provides important minerals such as iodine, calcium and selenium, which play a crucial role in the antioxidant action against free radicals. Puglia, with its vast coastline on both the Adriatic and Ionian Seas, is among the top Italian regions in terms of coastal extension and first in the national Blue



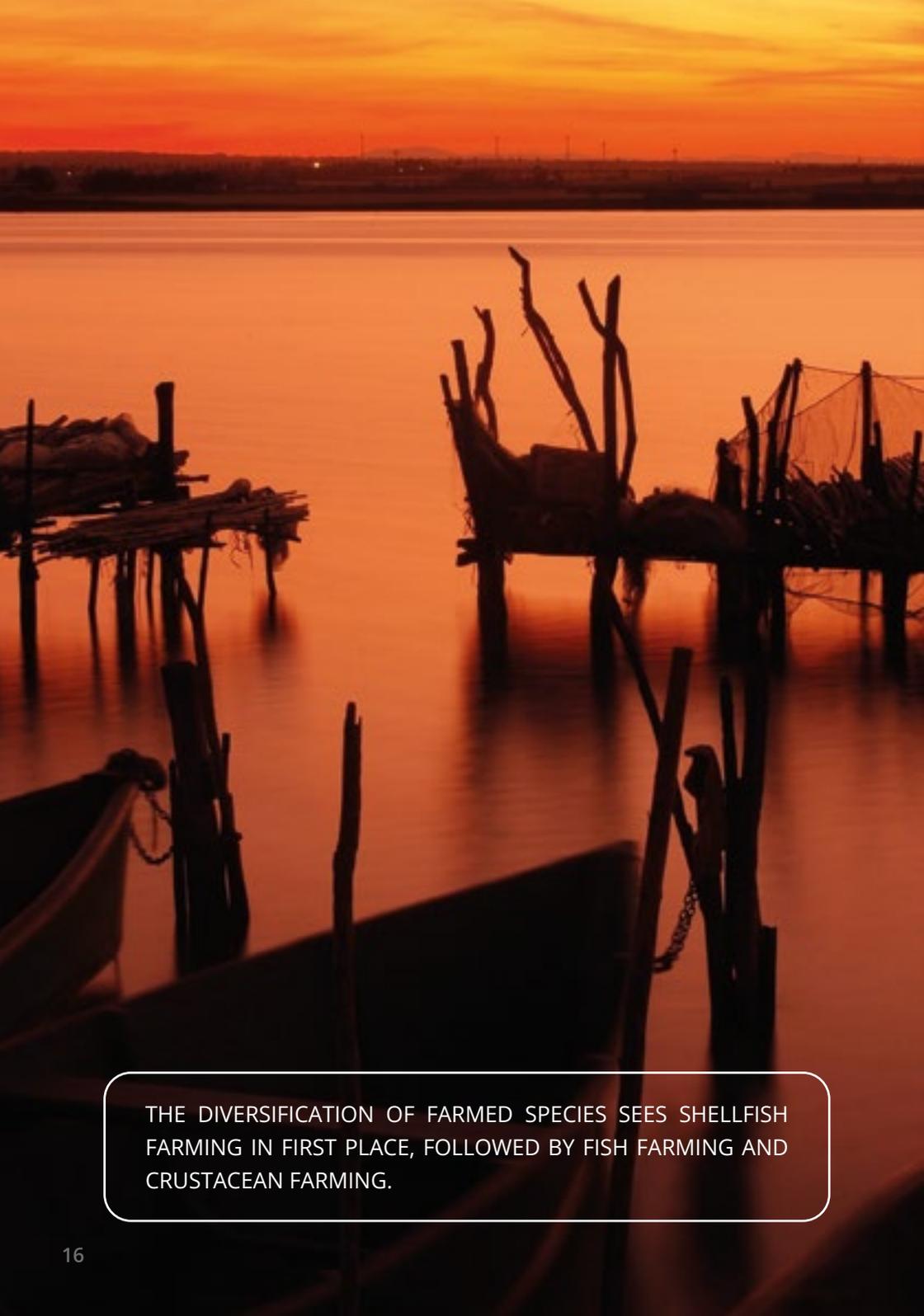
THE PREVALENT SPECIES IN APULIAN FISH:  
COD, PINK SHRIMP, OCTOPUS, SQUID, MULLET,  
ANGLERFISH AND MANTIS SHRIMPS

Economy ranking. In 2020, businesses linked to the maritime economy generated added value of 2 billion euros, representing 4.1% of the national total. With 45,000 employees distributed across over 10,000 companies, the region shows high economic activity linked to the sea, especially in the sectors of accommodation, catering, movement of goods and passengers, and fishing. The economic importance of the maritime and port system for Puglia, and beyond, is undeniable. Puglia ranks sixth in terms of fishing volume and fifth in terms of sales value, highlighting a constant positive trend. Over the last 10 years, Taranto and

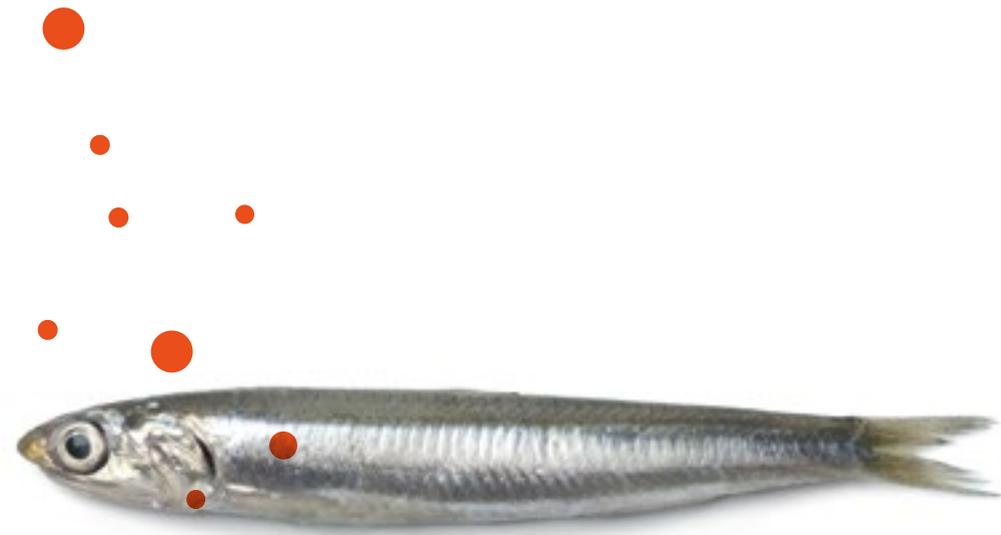
Lecce have recorded the greatest growth, while Foggia presents a significant decline. The largest volume of fishing is concentrated in the province of Bari. Bari continues to lead in terms of value, while BAT has recorded a proportionally greater increase in added value compared to volume. Foggia has suffered a sharp decline. Taranto has had a discontinuous trend, while Lecce confirms a positive trend.

### **AQUACULTURE IN PUGLIA**

Aquaculture in Puglia, although extending across the entire regional territory, shows a greater concentration of plants in the



THE DIVERSIFICATION OF FARMED SPECIES SEES SHELLFISH FARMING IN FIRST PLACE, FOLLOWED BY FISH FARMING AND CRUSTACEAN FARMING.



provinces of Taranto and Foggia. This scenario highlights Taranto's significant contribution to the entire regional aquaculture sector. The diversification of farmed species sees shellfish farming in first place, followed by fish farming and crustacean farming, the latter mainly in the Foggia area. Puglia plays a crucial role in national aquaculture, being one of the main production centers at a national level and the first in the South. This privileged position is the result of the professional and cultural potential, as well as the favorable environmental conditions present in the region. The

thousand-year-old traditions and experience in the fishing sector, combined with the presence of extensive wetlands and optimal environmental conditions, have favored the development of aquaculture in Puglia. The main species farmed are the clam and the mussel, followed by mussel farming, present above all in Puglia and Campania. Fish farming is widespread in all regions, especially in Northern Italy. Trout represent the most produced species, followed by sea bream and sea bass. Shellfish facilities are less common and mainly dedicated to repopulation.



THE MAJORITY OF ITALIANS (57.1%) CONSUME FISH AT LEAST ONCE A WEEK, WITH A 23.1% INCREASE IN THE CONSUMPTION OF FISH PRODUCTS.

To identify fish farms, an analysis was carried out on the Veterinary Information System database, which lists the control points divided by type of farm and category. High production costs represent a significant challenge for the fishing and aquaculture sector, together with the difficulty in aggregating critical masses of products and qualifying production. Therefore, initiatives are necessary aimed at enhancing production, increasing its added value and identifying new outlet

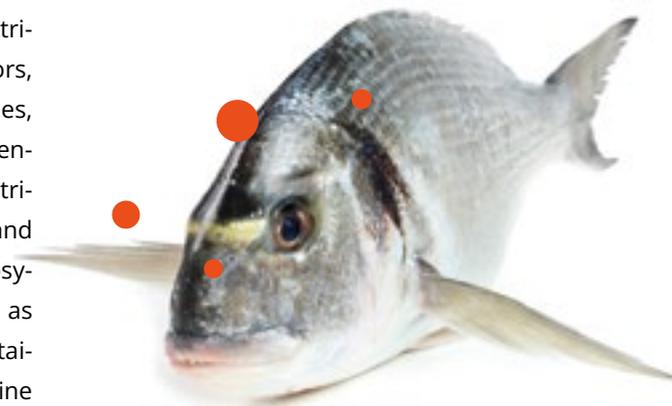
markets.

According to a study commissioned by Unioncamere, the fish market has undergone rapid changes in the last four years. The majority of Italians (57.1%) consume fish at least once a week, with a 23.1% increase in the consumption of fish products.

Fishing in Italian waters is considered more sustainable than in foreign ones, and the importance of respecting the periods and quantities of fishing allowed for

each species is underlined.

Farmed fish is appreciated for its affordable price and sustainability, while wild-caught fish is preferred for its taste and nutritional values. Fishing operators, supported by regional policies, are demonstrating greater environmental awareness, contributing to the conservation and restoration of the marine ecosystem through initiatives such as "fishing for litter" and the sustainable management of marine waste.





# Ricette

RECIPES

by Chef Domenico Minervini

## Filettino di merluzzo

*in panatura aromatica alla rucoletta e timo su purea di fave al profumo di limone femminiello del Gargano e lamelle di carciofi*

### Ingredienti

- Merluzetti da 200 g circa N° 4
- Rucoletta selvatica 100 g
- Pane grattugiato bianco 200 g
- Timo limonato 50 g
- Foglie di basilico N° 5
- Prezzemolo foglie 15 g
- Olio evo 300 g
- Fave fresche 700 g
- Aglio a spicchi N° 2
- Menta foglie N°2
- Limone femminiello del Gargano N°1
- Carciofi N° 3
- Acqua 1 L
- Sale
- Pepe arlecchino



### Procedimento

Pulire ed eviscerare il merluzzo, sfillettere e togliere la pelle. Mettere in un frullatore la rucoletta lavata e asciugata, il timo limonato, le foglie di basilico, 10 g di foglie di prezzemolo, frullare fino a che il contenuto diventi molto fine. Mettere i filetti di merluzzo nella metà di olio evo e passarli nella panatura verde salare leggermente. Pulire le fave privandole della loro buccia, cuocerle in 1 litro di acqua e raffreddarle in acqua e ghiaccio, porre le fave in un contenitore, aggiungere 100g di olio il limone grattugiato e frullare fino a che diventi una crema omogenea. Pulire i carciofi e tagliare a lamelle, in una padella mettere la rimanenza di olio gli

spicchi di aglio e farli dorare, togliere l'aglio e aggiungere i carciofi cuocere leggermente salando e pepando. Cuocere i filetti in forno a 200° per 12 min circa, in attesa adagiare in un piatto la crema di fave, mettere 2 filetti per piatto sulle fave, aggiungere sopra i filetti le lamelle di carciofi e guarnire con le foglie di menta.



## Tentacolo di Polpo

con puntarelle di cicoria di Molfetta  
e olive di Bitritto

### Ingredienti

- Polpo di scoglio di circa 1500 g
- Pomodoro ciliegino 500 g
- Foglie di alloro N° 2
- Puntarelle di cicoria di Molfetta 1 kg
- Cipolla sponsale 300 g
- Olive in Acqua di Bitritto 150 g
- Sedano 150 g
- Cipolla di Acquaviva 70 g
- Peperoncino semi piccante N° 1
- Prezzemolo 20 g
- Frisella Salentina N° 5
- Sale
- Olio evo 200 g

### Procedimento

Pulire il polpo, togliere la testa e mettere a bollire in 5 litri di acqua calda con sedano, sale, alloro, gambi di prezzemolo

Quando sarà cotto scolare e farlo raffreddare. In un tegame mettere l'olio evo, le cipolle pulite e tagliate a listarelle, far rosolare e aggiungere il peperoncino, le puntarelle di cicorie già lavate, tagliate a listarelle e salare.

Far stufare il tutto per 5 minuti e aggiungere i pomodori ciliegini, lavati e tagliati a metà, le olive denocciolate e il polpo tagliato a tentacoli, amalgamare il tutto e portare a cottura.

Servire ben caldo con le foglie di prezzemolo trito.



## Filetti di alici

alla parmigiana con pomodorino datterino giallo

### Ingredienti

- Alici fresche 1 kg
- Pomodoro datterino giallini 1,300 g
- Farina 0" 300 g
- Olio evo 600 g
- Uova intere N° 4
- Cipolla rossa di Acquaviva 100 g
- Foglie di basilico N° 8
- Mozzarella fiordilatte 200 g
- Sale fino
- Pecorino romano grattugiato 90 g
- Acqua 1 L



### Procedimento

Pulire ed eviscerare le alici dividendo in filetti, adagiarli in un contenitore con 1 L di acqua per 1 ora, scolare e asciugare i filetti. Preparare la salsa di pomodoro mettendo in un pentolino la cipolla trita precedentemente pulita, 100 g di olio evo e 3 foglie di basilico, far rosolare e aggiungere i pomodorini lavati e tagliati a metà, salare e cuocere per 15 min. frullare il tutto in un mixer a immersione.

In una padella mettere il rimanente olio e portare a 165°, nell'attesa, in una ciotola mettere le uova e montarle leggermente, infarinare i filetti, passarli nell'uovo, friggerli e salare leggermente.

Tritare la mozzarella e iniziare a comporre la parmigiana.

In una teglia da forno cospargere un pò

di olio su tutte le pareti, mettere sul fondo uno strato di salsa di pomodoro e adagiare sopra, fino a coprire tutto, uno strato di alici fritti (la metà), cospargere nuovamente la salsa, le foglie di basilico spezzettate, il pecorino (lasciando ¼ del quantitativo da parte) e la mozzarella.

Coprire con i restanti filetti e cospargere con la restante salsa, spolverare con il pecorino e cuocere in forno a 175° per 18 min. e servire ben caldo.



## Cozze ripiene Tarantine

in Guazzetto di salsa di pomodoro con crostone di pane di Altamura

### Ingredienti

- Cozze Tarantine pezzatura media N° 40
- Cipolla Sponsale 150 g
- Foglie di alloro n° 1
- Passata di pomodoro 1500 g
- Olio evo 100 g
- Pane bianco grattugiato 100
- Pecorino Romano grattugiato 85 g
- Prezzemolo 8 g
- Fette di pane di Altamura 10
- Sale
- Spago da cucina



### Procedimento

Pulire e lavare le cozze, aprirle lasciando attaccati i 2 lati.

Pulire la sponsale, lavare e tritare, metterla in una pentola con l'olio evo e far soffriggere, aggiungere la passata di pomodoro e la foglia di alloro, salare e cuocere per 20 min a fuoco basso.

Preparare un impasto morbido con le uova battute, il pecorino, il prezzemolo trito, il pane grattugiato, amalgamare

bene il tutto.

Inserire in un sac a poche da cucina l'impasto e riempire le cozze dividendolo in parte uguali nelle cozze, chiuderle con uno spago e adagiarle nella salsa di pomodoro, coprire il tutto e finire la cottura per altri 20 min circa .

Servire con le fette di pane di Altamura precedentemente bruscate.



## Filetti di sgombro

ad insalata con pomodori sott'olio, cipolla di Acquaviva e finocchi su frisella

### Ingredienti

- Sgombri pezzatura da 180 g cadauno 5
- Acqua 2 L
- Barbetta di finocchi n° 4
- Sale grosso 25 g
- Aceto di vino bianco 160 g
- Spicchi di aglio N°3
- Pomodori sott'olio pugliesi 90 g
- Finocchi 100 g
- Cipolla di Acquaviva 70 g
- Peperoncino semi piccante N° 1
- Prezzemolo 10 g
- Frisella Salentina N° 5
- Origano fresco 3 g
- Sale
- Olio evo 150 g

### Procedimento

Pulire ed eviscerare gli sgombri sfilletterli e tagliare in piccole parti da cm 2.

Mettere a bollire in una pentola l'acqua con 130 g di aceto, 25g di sale grosso, il prezzemolo, gli spicchi di aglio, la barbetta dei finocchi per 10 minuti.

Filtrare il tutto e rimettere a bollire, aggiungere lo sgombro e dopo 5 m, spegnere il fuoco lasciare i filetti per altri 10 minuti nel liquido e scolarli, condire con 100 g di olio evo e far raffreddare.

Quando sarà cotto scolare e farlo raffreddare. Pulire la cipolla, lavare e tagliarla a fette sottili, aggiungere i pomodori sott'olio a listarelle e i finocchi puliti e affettati.

Condire con il rimanente olio, aceto, origano e il peperoncino.

Bagnare la frisella con dell'acqua fredda quanto basta, aggiungere il condimento di verdure e adagiare sopra di esse i filetini di sgombro.



## Cod fillet

*in aromatic breadcrumbs with rocket and thyme on broad bean puree flavored with femminiello lemon from Gargano and slices of artichokes*

### Ingredients

- Merluzetti approx. of 200 g - N. 4
- Wild rocket 100 g
- White breadcrumbs 200 g
- Lemon thyme 50 g
- Basil leaves No. 5
- Parsley leaves 15 g
- Evo oil 300 g
- Fresh broad beans 700 g
- Garlic cloves No. 2
- Mint leaves N°2
- Gargano femminiello lemon N°1
- Artichokes N° 3
- Water 1 L
- salt
- Harlequin pepper

### Method

Clean and gut the cod, fillet and remove the skin.

Place the washed and dried rocket salad, lemon thyme, basil leaves, 10 g of parsley leaves in a blender, blend until the contents become very fine.

put the cod fillets in half the extra virgin olive oil and dip them in the green breading, add a little salt.

Clean the broad beans by removing their skin, cook them in 1 liter of water and cool them in water and ice, place the broad beans in a container, add 100g of oil, the grated lemon and blend until they become a homogeneous cream.

Clean the artichokes and cut into strips, put the remaining oil and the garlic clo-

ves in a pan and brown them, remove the garlic and add the artichokes, cook lightly, adding salt and pepper.

Cook the fillets in the oven at 200° for approximately 12 minutes. While waiting, place the broad bean cream on a plate, place 2 fillets per plate on the broad beans, add the artichoke slices on top of the fillets and garnish with mint leaves.



## Octopus tentacle

*tentacle with Molfetta chicory and Bitritto olives*

### Ingredients

- Rock octopus weighing approximately 1500 g
- Cherry tomato 500 g
- Bay leaves No. 2
- Molfetta chicory tips 1 kg
- Sponsali onion 300 g
- Olives in Bitritto Water 150 g
- Celery 150 g
- Semi-spicy chili pepper N° 1
- Acquaviva onion 70 g
- Semi-spicy chili pepper N° 1
- Parsley 20 g
- Frisella Salentina N° 5
- salt
- Evo oil 200 g

### Method

Clean the octopus, remove the head and boil in 5 liters of hot water with celery, salt, bay leaf, parsley stems.

When cooked, drain and let it cool.

In a pan, put the extra virgin olive oil, the onions cleaned and cut into strips, brown and add the chilli pepper, the chicory tips already washed, cut into strips and add salt.

Simmer everything for 5 minutes and add the cherry tomatoes, washed and cut in half, the pitted olives and the octopus cut into tentacles, mix everything together and cook.

Serve hot with chopped parsley leaves.



## Anchovy fillets

with yellow datterino tomatoes

### Ingredients

- Fresh anchovies 1 kg
- Datterino yellow tomatoes 1300 g
- Flour "0" 300 g
- Evo oil 600 g
- Whole eggs No. 4
- Acquaviva red onion 100 g
- Basil leaves No. 8
- Fiordilatte mozzarella 200 g
- Fine salt
- Grated Pecorino Romano 90 g
- Water 1 L



### Method

Clean and gut the anchovies, dividing them into fillets, place them in a container with 1l of water for 1 hour, drain and dry the fillets.

Prepare the tomato sauce by placing the previously cleaned chopped onion, 100 g of extra virgin olive oil and 3 basil leaves in a saucepan, brown and add the cherry tomatoes, washed and cut in half, add salt and cook for 15 m. blend everything in an immersion blender.

Place the remaining oil in a pan and heat to 165°. While waiting, place the eggs in a bowl and whisk them lightly, flour the fillets, dip them in the egg, fry them and lightly salt them.

Chop the mozzarella and start making the parmigiana.

In a baking pan, sprinkle a little oil on all the walls, put a layer of tomato sauce on the bottom and place on top, until everything is covered, a layer of fried anchovies (half of it), sprinkle the sauce again, the leaves of chopped basil, the pecorino (leaving ¼ of the quantity aside) and the mozzarella.

Cover with the remaining fillets and sprinkle with the remaining sauce, sprinkle with pecorino and cook in the oven at 175° for 18 m and serve piping hot.



## Tarantine stuffed mussels

in tomato sauce stew with crusty bread

Altamura

### Ingredients

- Tarantine mussels medium size N° 40
- Sponsali Onion 150 g
- Bay leaves n° 1
- Tomato puree 1500 g
- Evo oil 100 g
- Grated white bread 100
- Grated Pecorino Romano 85 g
- Parsley 8 g
- Slices of Altamura bread 10
- salt
- Kitchen twine



### Method

Clean and wash the mussels, open them leaving the 2 sides attached.

Clean the spousali, wash and chop it, put it in a pan with extra virgin olive oil and fry, add the tomato puree and the bay leaf, add salt and cook for 20 minutes over low heat.

Prepare a soft dough with the beaten eggs, pecorino cheese, chopped parsley, grated bread, mix everything well.

Place the mixture in a piping bag and fill the mussels, dividing it equally into the mussels, close them with a string and place them in the tomato sauce, cover everything and finish cooking for another 20 min. approx.

serve with previously toasted slices of Altamura bread.



# Salad mackerel fillets

with tomatoes in oil, Acquaviva onion and fennel on frisella Salento

## Ingredients

- Mackerel weighing 180 g each 5
- Water 2 L
- Fennel beard no. 4
- Coarse salt 25 g
- White wine vinegar 160 g
- Garlic cloves N°3
- Apulian tomatoes in oil 90 g
- Fennel 100 g
- Acquaviva onion 70 g
- Semi-spicy chili pepper N° 1
- Parsley 10 g
- Frisella Salentina N° 5
- Fresh oregano 3 g
- salt
- Evo oil 150 g



## Method

Clean and gut the mackerel, fillet them and cut into small 2cm pieces.

Boil the water in a pan with 130g of vinegar, 25g of coarse salt, the parsley, the garlic cloves and the fennel leaves for 10 minutes.

Filter everything and put it back to boil, add the mackerel and after 5 m, turn off the heat, leave the fillets in the liquid for another 10 minutes and drain them, season with 100 g of extra virgin olive oil and leave to cool.

When cooked, drain and let it cool.

Clean the onion, wash and cut it into thin slices, add the tomatoes in oil into

strips and the cleaned fennel into thin slices, season with the remaining oil, vinegar, oregano and chilli pepper.

Wet the frisella with just enough cold water, add the vegetable dressing and arrange on top of them the mackerel fillets.





PUGLIA



**AIS PUGLIA**  
ASSOCIAZIONE  
ITALIANA  
SOMMELIER

*Puglia*  
*Taste*

EXPERIENCE

A Vinitaly,  
un viaggio nella terra  
del gusto

[regione.puglia.it](http://regione.puglia.it)