

ОСОБЛИВОСТІ ГАСТРОНОМІЧНОГО ТУРИЗМУ В ІТАЛІЇ

Італія – країна з багатою та цікавою кухнею, яка славиться своїми сирами та винами. Ця порівняно невелика країна настільки різноманітна на кулінарні шедеври, що знайомство з ним може зайняти декілька днів. Кожен регіон пропонує свої страви та делікатеси, рецепти приготування яких сягають тисячоліть. Найпопулярніший регіон серед туристів – Тоскана. Але чималий інтерес викликають П'ємонт, Ломбардія, Фріулі-Венеція-Джулія та інші. Познайомимося з деякими з регіонів.

П'ємонт. Цей регіон славиться тим, що саме тут зародився рух «slow food», суть якого полягає в тому, щоб сповільнити темп життя та помічати, що і як ми їмо. Також цей регіон на смак знає кожна дитина, адже улюблена паста Nutella – саме з цього регіону, а візитівкою міста є зацукровані каштани та бісквітні палички. Гідні уваги сири цього регіону – Gorgonzola, la robiola di Roccaverano, Murazzano o Toma delle Langhe, il Castelmagno, il Raschera il Bättelmatt o Grasso d'Alpe. Сири подають на десерт у поєднанні з міцним червоним вином, а також використовують у якості добавки у соуси та начинки.

Завдяки характерному клімату П'ємонт заробив славу виноробного центру світового класу – тут виготовляються Barolo, Barbaresco, Langhe, Alba та Moscato d'Asti. Також тут ростуть найкращі у світі трюфелі: чорний можна смажити та підігрівати, а білий вживають у сирому вигляді, бо при термічній обробці втрачаються його смак та аромат.

Що варто обов'язково скуштувати у П'ємонті:

- Анчоуси під соусом аль верде – солоні анчоуси під соусом з перцю, оливкової олії, петрушки та інших трав;
- Ньоккі алла бава – картопляні кльощки, які подаються із соусом з кількох видів сиру;
- Ризотто аль бароло – страва з рису з додаванням вина Бароло;
- Болліто місто по-п'ємонтськи – відварна яловичина із різними соусами.

Ломбардія. Основа кухні цього регіону – ситні м'ясні страви, іноді тушковані у вині (оссо буко, кассуела), також користуються великим попитом різні види паст із начинками: канончелі, равіолі, тортелоні. Також Ломбардія порадує туристів стародавньою стравою з рису – ризотто по-міланськи із шафраном. Саме шафран надає рису сонячно-жовтий колір. У провінції Бергамо і Бреція подають супи-рагу та печеню. Мантуя відома своєю традиційною пастою у поєднанні із вершковим гарбузом та м'ясним салямі. Провінції, розташовані вздовж долини річки, порадує туристів тушкованим вугрем, який за давніми традиціями подають в оливковій олії та червоному вині. Популярна в регіоні полента – каша із кукурудзяного борошна. Її подають як на десерт, так і як гарнір до м'яса. Відомі сири Ломбардії – Mascaspone, Grana Padano, Bitto, Taleggio. Серед вин виділяють Franciacorta, Oltrepo Pavese.

У **Тоскані** майже не використовують спецій, лише розмарин, часник та шавлія, а м'ясні страви переважають над рибними, незважаючи на те, що цей регіон розташований на березі моря. Оливкова олія є основним інгредієнтом усіх страв тосканської кухні.

Доволі популярними в Тоскані є різні види хліба у поєднанні із часником та оливковою олією. Скибки хліба підсмажують, натирають часником та намазують олією. Ще тут є мінімум 14 власних видів пасти. Її подають із трюфелями, м'ясними соусами, білими грибами та томатною пастою, а супи нагадують рагу, гуляш або пюре.

Відомими тосканськими винами є Chianti, Brunello di Montalcino, Vino Nobile di Montepulciano та десертне Vin Santo.

Що спробувати у Тоскані:

- Флорентійський стейк;
- Ріболіта – густий овочевий суп з сухарями;
- Лампредотто – сандвіч із сичуга (шлунку корови), популярний як фаст-фуд;
- Качукко – суп з морепродуктів, за консистенцією нагадує гуляш;
- «П'яний» тунець – смажений тунець із червоним сухим вином.

Наступний регіон для ознайомлення – **Фріулі-Венеція-Джулія**. Місцева кухня має слов'янські, центральноевропейські, венеційські мотиви. Основу цієї кухні складають прості та водночас незвичайні рецепти і свіжі, екологічно чисті продукти. Також тут роблять відоме та якісне вино, яке має класичний та насичений смак. Найбільші виноробні та винні льохи зосереджені у Трієсті – адміністративному центрі регіону.

Кожне фріульське місто може похвалитися фірмовою стравою. У кухні Трієсту та Гориції поєднуються австро-угорські та слов'янські традиції. Трієст відомий своїм австро-угорським супом, куди входять бобові, біла капуста та картопля, гуляшем та штруделем. Гориція порадує картоплею із додаванням слив, топленого масла, кориці та смаженої цибулі. В Удіні можна поласувати тортами та ковбасою зі свинини, яка приправляється ріпою, замоченою в соусі із гірчиці, спаржею. В Порденоне найпопулярніші баранина або овече м'ясо, мариноване червоним вином, змішується з яловичиною з різними спеціями. На десерт подають інжир, сир та печиво.

Не можна не сказати про **Емілію-Романью**. Цей регіон займає чималу територію та ділить кордон відразу з шістьма сусідніми регіонами. У прикордонних землях культура та кухня трохи змішані, як і сорти винограду. Однак неможливо знайти страву з однаковим смаковими характеристиками, вино з однаковим букетом, незважаючи на ці переплетіння.

Столицю Емілії-Романьї – Болонью жартома називають товстушкою: важко всидіти на дієті, коли навколо виготовляють стільки смакоти! Багато гастрономічних символів Італії саме з цього регіону. Найбільше відзначилась Парма, де виготовляють відомий всім пармезан, який додають майже у всі страви. Особливо цікаві солодкі композиції з медом, свіжими фруктами та джемом. Друга зірка світового рівня – місцевий шинок, або прошуто. Цей шинок унікальний своєю технологією витримки у природних кліматичних умовах конкретної зони. Словом, такий шедевр кулінарії неможливо виготовити в будь-якому іншому місті. Насолоджуватися цим делікатесом бажано у простих поєднаннях, найкраще – з динєю або інжиром. У сусідній Модені також вирішили відзначитись та виготовили бальзамічний оцет, який став одним із популярних приправ в Італії. Окрім пармезану, прошуто та оцту, варто скуштувати пасту тальятеле із соусом болоньезе, тортеліні, які зовні схожі на пельмені, але різновиди начинки вражають, та коржик п'ядіна, який їдять замість хліба, але цікавіше загорнути в нього начинку із шинки, сиру та овочів.

Далі знайомимося з кухнею **Сицилії**. Головний секрет – рецепти які привозили сюди завойовники – греки, араби, іспанці. Арабський вплив проявляється у використанні абрикос, родзинок, дині, гвоздики, цитрусових, солодкого перцю тощо. Іспанці привезли з Нового Світу екзотичні какао, кукурудзу, індичку, помідори та інші овочі. На східному узбережжі, де жили раніше грецькі колоністи, переважають оливки, риба та свіжі овочі.

На Сицилії «народжуються» такі сири, як *sasìocavallota resogìno siciliano*.

Серед солодоців популярні касата, граніта, каннолі, фрукта-марторана та піньюлата. А найпопулярніші вважаються аранчіні (рисові кульки з начинкою, які подають щоб розігріти апетит), паста ала норма (паста під томатним соусом із базиліком, оливою та часником), паста ала сициліана (паста із соусом з сардин, каперсів, гіркою перцю та кедрових горішків), капоната (рагу з баклажанів та інших овочів). Популярні сицилійські вина – червоне *Nero d'Avola* та біле *Moscato di Pantelleria*.

Сардинія – острів у Середземному морі, який приваблює до себе гурманів. Особливість цього регіону – географічне положення: на узбережжі переважають морепродукти (креветки, риба, лобстери), а ближче до гір – сир, м'ясо та молоко. Доволі популярними є ризото або паста з артишоками або ікрою морського їжака. Також традиційною пастою Сардинії можна назвати малоредус, або сардинські гночеті. Подають їх у поєднанні з томатним соусом, сардинською ковбаскою та стружкою сиру пекоріно. Ще однією з традиційних страв є *Pocceddu* – смажене порося на рожні. Його вага не повинна перевищувати 5 кілограм, і час приготування становить 3 години.

На Сардинії є безліч видів хліба, близько 400. Замість жиру у тісті використовують свиняче сало, а замість цукру – мед. Не можна не звернути увагу на карасау – місцевий хліб, який скоріше схожий на тонкий млинець.

Для любителів солодкого приготують пардулас (сирні ватрушки), папасінус (печиво з горіхами та сухофруктами) та сеадас (сирна випічка з медовим сиропом).

Один із відомих сирів є сардинський *casu marzu*, з овечого молока, який містить живі личинки, які сприяють бродінню сиру. Продавати його заборонено, але виготовлення є законним, тому його можна знайти у місцевих жителів.

Сардинці – справжні любителі пива, і у багатьох містах проводять пивні фестивалі. Найпоширеніше пиво на Сардинії – *Ichnusa*. Популярний сорт червоного вина на Сардинії – *Cannonau*, а серед білого слід виділити *Vermentino* та *Vernaccia*.

Отже, італійська кухня різноманітна та смачна, а рецепти страв часто передаються із покоління у покоління. Неможливо знайти два однакових регіони за стравами – кожен неповторний та по-своєму привабливий, тому кожна з цих територій знайде своїх туристів за смаковими вподобаннями. В Італії на туристів також чекають майстер-класи з приготування сирів, ризото, джелато, тірамісу, пасти, автентичної італійської піци та багато інших.