



MANGIA E BEVI...

pane, caciotte, prosciutti, tartufi...

IN CIOCIARIA

Pane, caciotte, prosciutti, tartufi...

A nord della provincia, nella valle di Guarcino, si producono ottimi salumi, come il prosciutto di cinghiale, insieme ai tipici dolcetti e agli inconfondibili amaretti.

Dai pascoli montani arrivano squisiti formaggi di pecora, mentre i caseifici di Frosinone ci regalano delicate ricotte e mozzarelle di bufala. La sambuca si distilla ad Alatri e Collepardo, insieme ad altri liquori come il nocino e la ratafià. A sud varie aziende trasformano in deliziose conserve, carciofini e funghi, melanzane, peperoni e pomodori.

Giustamente rinomate sono le carni di agnello, pollo, maiale, manzo e vitella, ingredienti base di molti piatti caratteristici. Ma il fiore all'occhiello della gastronomia ciociara è il tartufo, bianco o nero che viene raccolto nelle zone di Campoli Appennino, Pastena e Castro dei Volsci.

Bread, caciotte, ham, truffles...

In the northside of the province, in Guarcino valley, excellent salami are produced such as the pig ham together with other typical cakes and the unique macaroons.

Exquisite sheep cheese varieties arrive from the mountain pasturage while dairy factories in Frosinone offer excellent ricotta and buffalo mozzarella. The sambuca (a kind of anisette) is distilled in Alatri and Collepardo together with other liqueurs such as the nocino (a walnut-flavoured liqueur) and the ratafia.

In the south, other factories transform artichocks, mushrooms, aubergines, peppers and tomatoes into exquisite preserved vegetables.

Lamb, chicken, pork, beef and veal meat is fairly renowned. It is the basic ingredient in many typical dishes. But the best ingredient of Ciociaria gastronomy is represented by the truffle, white or black picked in the areas of Campoli Appennino, Pastena and Castro dei Volsci.