

# Puglia

*De keuken van Puglia kenmerkt zich door eenvoudige rustieke gerechten van het platteland. De mensen zijn er vrolijk en gastvrij. Het onbezorgd genieten hebben de Pugliesi lang geleden afgekeken van de Grieken.*

Puglia is een smalle regio in het zuiden en reikt van de hiel van de Italiaanse laars tot de punt van de hak. Het schiereiland in de hak (Salento) is aan twee zijden omgeven door zee. Links de Ionische en rechts de Adriatische. Hoofdstad Bari aan de Adriatische kust is van oudsher een belangrijke havenstad voor de handel en visserij. Vroeger hoorde Puglia bij Magna Graecia en in het dialect komen nog steeds veel Oudgriekse woorden voor. Een bekend gerecht uit Bari is *tiella alla barese*, een ovenschotel met aardappels, rijst en mossels die aan paella doet denken. Mossels zijn een van de favoriete ingrediënten in Puglia en in het vlakke warme water van de Golf van Taranto, tussen de hak en de zool van de Italiaanse laars, kweken de inwoners van havenstad Taranto ze in grote getale. Zij noemen hun stukje zee de *Mar Piccolo*, de kleine zee.

Misschien wel het signatuurgerecht bij uitstek van de regio Puglia is *orecchiette* met *cime di rapa*. *Orecchiette* is een pastasoort die op kleine oortjes lijkt. Ze worden gemaakt door met de duim op stukjes deeg te drukken.

De oorsprong van *orecchiette* ligt niet in Puglia, maar merkwaardig genoeg waarschijnlijk in de Provence in Zuid-Frankrijk. In de dertiende eeuw at men daar een gelijksoortige pasta en heerste het huis Anjou-Sicilië over Zuid-Italië. Men denkt dat *orecchiette* zo in Puglia terecht gekomen zijn. Hoe dan ook is het nu de meest gegeten pastasoort in de regio. *Cime di rapa* is een bladgroente met een broccoliachtige smaak die veel in Puglia verbouwd wordt en waar veel mee wordt gekookt. Een ander typerend gerecht uit de regio is *fave e cicorie*, tuinbonenpuree met gebakken of gekookte wilde cichorei.

Grano duro, harde tarwe, groeit het best in een warm en droog klimaat en vindt ideale omstandigheden in het zuidelijke Puglia. Italianen noemen de regio ook wel de graanschuur en er is een echte brood- en pastacultuur. Het brood uit Puglia is van hoge kwaliteit en er is zelfs een zuurdesembrood uit Altamura, een stad in de provincie Bari, met een DOP-status (beschermde herkomst). Bakkers in Puglia zijn specialisten en maken brood in allerlei soorten en maten. *Taralli*, de





knapperige broodkransjes die je bij de Italiaanse nationale luchtvaartmaatschappij in het vliegtuig te eten krijgt, komen ook uit Puglia. Andere bekende broodsoorten uit Puglia zijn *friselle* en *focaccia*. Friselle zijn harde tweemaal gebakken ronde broodjes om lang te kunnen bewaren. Het is de bedoeling ze eerst te weken en daarna met verse tomaten te eten. De focaccia uit Puglia wordt gevuld met aardappel en kerstomaten. Harde tarwe vormt ook de basis voor pasta en de regio Puglia voorziet fabrieken in heel Italië van tarwe voor *pasta secca*, gedroogde pasta. In de stad en provincie Foggia in het noorden zijn *troccoli* de authentieke pastasoort, lange dikke slierten die ze maken met een *troccolo*, een speciale gegroefde deegroller.

foto s: fotolia.com

Een typische kaas uit Puglia is zachte romige *burrata*, een mozzarella-variant in de vorm van een zakje gevuld met verse room die in de mond smelt. Een andere delicatessie uit de regio zijn *lampascioni*, bloembollen van een wilde hyacintsoort. Ze lijken op kleine uien en men eet ze ingemaakt op olijfolie of vers, gefruït met uien, knoflook en kruiden en afgeblust met wijn.

Naast tarwe is Puglia een grote producent van druiven, zowel wijndruiven (zie p. 98) als tafeldruiven en van olijfolie. Niet eetbaar, maar wel karakteristiek voor Puglia zijn de *trulli*, witte kalkstenen huisjes met een kegelvormig dak. Deze huisjes stammen uit de zestiende eeuw en zijn mogelijk ontstaan als kleine woningen waarin landarbeiders konden slapen en hun gereedschappen kwijt konden.

