



MIX OF CULTURES

Burocchi, Cilli, Nuri, Pepe e Taucchi



UN VIAGGIO CULINARIO IN TURCHIA,
GRECIA E ALBANIA;

TRE PAESI APPARENTEMENTE DIVERSI MA
CHE NASCONDONO CULTURE SIMILI.





Cartina geografica dei tre paesi



1

L'ANTIPASTO

La parola “antipasto” deriva dal latino ante (prima, davanti) + pastum (pasto), ed indica ciò che si serve prima di cominciare un pasto, per stuzzicare l'appetito.

IL MEZE

Il meze è l'antipasto tipico di tutti e tre i Paesi; è formato da più assaggi di cibo locale ed è sempre presente durante i banchetti o le cene con gli amici.

- ❖ Il **meze** turco può essere molto vario; preparato con yogurt, frutti di mare, erbe o verdure. Alcuni tipici meze turchi sono caratterizzati da formaggio e asparagi o kofte, simili alle nostre polpette. Sempre presenti sono i dolma, involtini ripieni di carne macinata e riso, avvolti da foglie di vite o cavolo di verza.
- ❖ Il **meze** greco consisteva di 5 scodelle con aglio, ricci di mare, un panino dolce, lumache e un pezzetto di storione. Da qua capiamo che l'economia era incentrata principalmente sulla pesca.
- ❖ Il **meze** albanese comprende qofte, già viste in precedenza nell'antipasto turco, insalata, uova, olive, formaggi, alette di pollo fritte, patatine fritte e sottaceti. Viene aggiunto pane integrale o di mais, che rimane uno degli alimenti più importanti ed è sempre presente sulla tavola albanese.



2

LA CUCINA CIPRIOTA

Una vera e propria fusione tra la tradizione culinaria greca e turca.



CIPRO

Cipro è un'isola del Mediterraneo ed ha la caratteristica di essere contesa tra Turchia e Grecia, per questo motivo è divisa internamente in due zone e le città hanno due nomi: uno in turco e uno in greco; tuttavia esiste una cosa che le accomuna: la cucina. Infatti la tradizione culinaria di Cipro è molto unita e presenta influenze greche e turche.



IL MOUSSAKA



Uno dei piatti appartenenti alla cultura cipriota è il *moussaka* (in greco *μουσακάς*), paragonabile alla nostra parmigiana di melanzane speziata con il cumino. Si tratta infatti di uno sformato a base di melanzane, patate, carne tritata e pomodoro, guarnito con della besciamella e aromatizzato con spezie a piacimento, ad esempio l'aneto.


Le origini di questo piatto non sono totalmente chiare, sebbene il termine greco *μουσακάς* derivi dal turco *musakka* che a sua volta trova radici nella lingua araba.

KLEFTIKO

Il kleftiko consiste in carne di agnello cotta in foglie di alloro e origano.

Il nome di questo piatto in greco significa "rubato" e secondo la leggenda di Cipro, sembra risalire a molti secoli fa quando una pecora che era stata rubata dal gregge sarebbe stata cucinata per molte ore in una buca nel terreno sigillato con del fango (così non ci sarebbero state fuoriuscite di fumo che potessero rivelare il furto).





Con il termine kleftiko s'intende anche il forno tradizionale, simbolo dell'evoluzione di quell'agnello cucinato nella buca sotterranea. Il forno kleftiko, dalla caratteristica forma a cupola e sigillato con l'argilla, garantisce una cottura a bassissima temperatura per tempi estremamente prolungati, in modo che la carne diventi succosissima e si scioglie in bocca. Viene di solito accompagnata dalle patate, che cuocendo con l'agnello ne assorbono tutti i succhi.





PRIMI PIATTI

TURCHIA

Minestra di cozze speziata

Si realizza cuocendo le cozze pulite e filtrando il brodo di cottura, a parte si soffriggono la cipolla con l'aglio e le erbe aromatiche, e successivamente si aggiungeranno le cozze private del guscio e il brodo di cottura.



Lo Yayla corbasi

La yayla corbasi è la tipica zuppa di riso e yogurt. Costituisce un frammento importante della cucina tradizionale turca. Si prepara facendo cuocere il riso nel brodo mentre a parte si mescola il tuorlo con lo yogurt, la farina e un mestolo dell'acqua del riso, una volta amalgamato, il composto viene aggiunto al riso proseguendo la cottura, si serve infine con burro alla menta.

GRECIA

Pastitsio

La versione greca del nostro pasticcio di pasta, che viene preparato usando la stessa besciamella cremosa usata nella moussaka. Si prepara di solito con pasta rotonda



Fava

La fava greca di Santorini è una crema di piselli gialli spezzati tipica delle isole Cicladi, ma diffusa in tutta la Grecia. Malgrado il nome questa ricetta non è realizzata con le fave conosciute da noi: in Grecia viene denominata “fava” (*lathyrus clymenum*) un tipo di legume simile a dei piselli gialli spezzati;

ALBANIA

Jahni me fasule

Si tratta di una zuppa di fagioli bianchi. Sia la ricetta che il nome variano a seconda della regione in cui ci si trova. I fagioli vengono messi a bagno per una notte e successivamente lessati. Bisogna poi aggiungere le cipolle, salsa di pomodoro, prezzemolo e il brodo dei fagioli. Nelle ultime ore viene aggiunto un tocco di menta per intensificare il sapore.



Byrek

Un cibo albanese tipico dello street food locale. Possibile trovarli in diverse forme e dimensioni, e vari ripieni. L'involucro di pasta sfoglia viene riempito con spinaci, carne e formaggio, oppure quello che si preferisce. Questo piatto è caratteristico anche nella cucina turca.

SECONDI PIATTI

TURCHIA

Petto di pollo al curry con riso

Questo è preparato con riso cotto con acqua, olio e cipolla, pollo bollito unito a cipolla tritata, uvetta, mandorle e diverse spezie.



Zucchine ripiene di carne

Il piatto è composto da zucchine riempite con carne macinata, riso, cipolle tritate e pomodoro a pezzetti, chiuse sul fondo con passato di pomodoro e polpa di zuccina, tolta precedentemente, il tutto cotto in forno.



GRECIA

Calamari ripieni alla greca -Kalamarakia yemista

καλαμαράκια γεμιστά è un piatto tipico greco composto da calamari al forno ripieni con feta e pomodori.

Dopo essere stati farciti, i calamari ripieni con feta e pomodorini vengono prima cotti sulla griglia e poi al forno e sono ottimi da gustare sia caldi che a temperatura ambiente, magari con un contorno di insalata!



Feta al forno

Realizzato con il famoso formaggio greco e l'aggiunta di pomodori, cipolla, olive e origano, da gustare accompagnato con fette di pane o con una classica pita.

Per prepararla ci vuole davvero poco, ma il successo è assicurato, perché la feta è un formaggio che non fonde con il calore e la consistenza a fine cottura è davvero sorprendente, soprattutto se utilizzare pomodorini ben sodi, che non rilasciano molta acqua in cottura.

ALBANIA

Mish me kos

Piatto tipico della cucina albanese, è una zuppa che ha come ingredienti principali lo yogurt greco, la carne d'agnello e il suo brodo.



Mish me leng

E' uno dei piatti più consumati in Albania. Viene preparato con carne di pollo o di manzo. Esistono diverse variazioni di questo piatto. Infatti dentro vi può essere inserito una verdura: **bamje**.

ABBIAMO PREPARATO IL MISH ME KOS!

1. Iniziamo facendo bollire la carne d'agnello insieme ad una carota e del sedano .
2. Nel frattempo uniamo yogurt greco, un uovo, due cucchiari di farina e uno spicchio d'aglio tritato.
3. Aggiungiamo il composto alla carne e al brodo e giriamo fino all'ebollizione.
4. Lasciamo riposare finché non otteniamo un composto denso.

DOLCI

TURCHIA

Baklava

Si tratta di un dolce di origine turca formato da una stratificazione di pasta fillo, una particolare pasta sfoglia più leggera e croccante, farcita con pistacchi, nocciole, noci o frutta secca.



Budino di petto di pollo alla cannella

E' composto da petto di pollo bollito e poi tritato al quale vengono aggiunte due miscele: la prima di farina di riso sciolta con due tazze di latte freddo, la seconda composta da quattro tazze di latte fatto bollire insieme a dello zucchero. Il tutto viene rimesso sul fuoco fino ad arrivare ad avere una consistenza cremosa. Infine si aggiunge la cannella

ALBANIA

Trilece

Il trilece è un dolce tipico albanese, composto da soffice pan di spagna ed arricchito da una salsa a base di panna, latte condensato e latte. Al di sopra del pan di spagna poi viene messo del caramello.



Kadaif

Questo è un dolce tipico albanese, ma anche turco, greco, macedone e arabo. Viene usato come dolce per le feste albanesi di fine anno.

Il kadaif è un tipo di spaghetti molto fine usato per preparare dolci e pasticcini.

I fili sono intrecciati tra di loro in modo irregolare e vengono bagnati con sciroppo di zucchero.

Lo si può comprare fresco ed cuocerlo dopo al forno, oppure acquistare le confezioni già cotte.

GRECIA

Loukoumades (λουκουμάς)

Sono frittelle dolci di origine turca. Queste palline di pasta vengono fritte ed infine cosparse di sciroppo, cannella e sesamo o noci tritate. Possiamo trovare anche la versione salata.



Kourabiedes(κουραβιεδες)

I kourabiedes sono dei biscotti al burro tipici della cucina tradizionale greca, caratterizzati dall'aroma di mandorle tostate e da un generosissimo strato di zucchero a velo come decorazione. I kourabiedes sono biscotti friabilissimi (senza uova) , perfetti da gustare al pomeriggio con un té bollente o un caffè nero e forte, ma anche insieme ad un bicchierino di liquore, possono essere a forma di mezzaluna.

**Grazie per
l'attenzione!**

Pagina instagram  [mix.of.cultures_](https://www.instagram.com/mix.of.cultures_)

LE FONTI

<https://www.lafrecciaverde.it/l%E2%80%99isola-di-afrodite-s-toria-cultura-e-gastronomia/>

Meze - Wikipedia

[https://it.wikipedia.org › wiki › Meze](https://it.wikipedia.org/wiki/Meze)

<https://www.cookaround.com>