

# Sommario

- 5 **Veri classici, che tutti conoscono!**
- 5 In Sudtirolo si vive e si mangia così
- 9 «Törggelen» (la castagnata) – una consuetudine sudtirolese
- 10 Castagne, ecco cosa sgranocchiare in autunno
- 11 Lo speck del Sudtirolo
- 12 Il pane del Sudtirolo
- 13 Formaggio tradizionale
- 14 Patate, il contorno delicato
- 14 Asparagi, l'annuncio di primavera
- 14 Gastronomia del Sudtirolo e influssi mediterranei
- 16 I prodotti di qualità del Sudtirolo
- 19 Il vino adatto ai classici del Sudtirolo
  
- 87 **Piccolo dizionario gastronomico**
- 87 Termini gastronomici specifici
- 88 **Indice A-Z**

20

**Antipasti**

26

**Minestre**

34

**Primi piatti**

50

**Secondi piatti**

66

**Dolci**

80

**Krapfen e Tirtlen**

84

**Pane**