

Inhalt

- 6 **Vorwort**
- 8 **Zur apulischen Küche**

- 12 Meeresschätze und Strandkönige**
 - Cavatelli cozze e vongole 18
 - Spaghetti dello scoglio 22

- 24 Ein Meer von Olivenbäumen**
 - Melanzane ripiene 30
 - Melanzane con l'aglio 32
 - Zucchini gratinate 33

- 36 Vorwärts in die Vergangenheit**
 - Monacelle 42

- 46 Von Pferden, Eselmilch und Jazz**
 - Crudaiola d'inverno 52
 - Agnello al forno 54
 - Fave con cicoria 56
 - Brasciole di cavallo 62

- 64 Osterbräuche und Frühlingstraditionen**
 - Cosciotto d'agnello ripieno 70
 - Lampascioni ripieni 72
 - Cappelli di funghi farciti 74
 - Grano saraceno con melograno e buccia d'arancia 75
 - Puré di cicerchie con cicoria Martinese e corna di bue 76

- 78 Im Tal der Trulli**
 - Melanzane al limone 82
 - Peperoni grigliati 84
 - Zucchini alla poverella 85
 - Involtini di melanzane 86

- 88 Feuer und Flamme**
 - Melanzane sott'olio 92
 - Peperonata 94
 - Carciofini sott'olio 95
 - Taralli friabili 96

Taralli bolliti 96
Focaccia 98
Mustaccioli di Ceglie 100
Lunette farcite 102
Friselle 103

108 Öhrchen mit Biss

Orecchiette al sugo 112
Orecchiette cime di rapa 114
Polpette di pane 116
Laganari alla martinese 124
Trippa Curdennees 126
Endreemete de' vecchie 128
Cartellata 130
Pettole 132

136 Herbstgenüsse im Weingebiet

Capocollo 144
Salame 146
Gnummaredde 148
Vacchino 152
Ricotta 153
Ricotta asquante 153

154 Die Krönung: Leben in der Masseria

Pizzelle con sugo 160
Cestino di pecorino con erbe selvatiche 162
Sospiro al rosolio di olivo 164

168 Reisetipps
171 Ortsregister
172 Rezeptregister