

## L'ITALIE

Première Bac pro restauration

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

### Présentation et gastronomie

L'Italie est un pays d'Europe du sud correspondant à une péninsule située au nord-ouest du bassin méditerranéen.

Superficie : 301 300 km<sup>2</sup>

Habitants : 60 150 000

Elle compte 8000 kms de côte et englobe de nombreuses îles dont les principales sont la Sicile et la Sardaigne.

Deux chaînes de montagne façonnent le paysage. Au sud se trouve les derniers volcans d'Europe encore en activités : le Vésuve, le Stromboli et l'Etna.

Le climat est de type méditerranéen avec des étés long et sec dans le nord et des hivers froids en montagne. Les précipitations sont nombreuses dans les plaines et les vallées.

La gastronomie Italienne est une synthèse de la cuisine des différentes régions.

Coutumes alimentaires

Les italiens commencent toujours leur repas par des antipasti (avant les pâtes) tomates, mozzarella, charcuterie...

Ensuite arrive le plat de pâte ou selon les régions le risotto, gnocchis ou polenta.

Le plat de viande principalement à base de veau continue le repas, qui se termine par des fromages et des fruits.

Les italiens pendant leur repas consomment du pain blanc ou des gressins.

### La carte



### Les produits Marqueurs

#### Produits de l'élevage et de la chasse

- Veau, bœuf, porc, mulets, ânes, poulets, lapins, oies, dindes, sangliers, chevreuils, chamois, daims, faisans, pigeons...

#### Produits de l'agriculture et du maraîchage :

- Artichauts, aubergines, ail, courgettes, poivrons, tomates, brocoli, choux de milan, romanesco, chicorée rouge de trévise, oignons, fenouil bulbe..
- Fruits : Raisins, pêches, poires, prunes, pommes, cerises, fraises, kiwis, noix, noisettes...
- Herbes aromatiques : basilic, origan, fenouil graine, sauge, menthe poivrée, romarin, sarriette...

#### Produits de la pêche

- Thon rouge, anchois, sardines, mulets, merlu, loup, dorade...
- Calmars, poulpes, seiches
- Homards, langoustines, crabes, crevettes...

## Les spécialités et les recettes

### Minestrone

Potage de légumes taillés accompagné de pâtes, riz et légumes secs. Parfumé aux herbes fraîches et jambon fumé. Ils sont très riches et servis chauds en hiver, servis froids et rafraichissant en été.

### Bruschetta

Tartine de pain recouverte d'une sauce tomate et de diverses garnitures. (Mozzarella, anchois et olives, thon...)

### Carpaccio

De bœuf, de poisson

### Melon et jambon de parme

### Pâtes diverses

Elles sont servies avec différentes sauces : napolitaine, bolognaise, carbonara, fruits de mer, pesto...

### Pizzas diverses

Napolitaine, 4 saisons, calzone, fruits de mer...

### Polenta diverses

### Gnocchi

Ils peuvent être de pommes de terre, de semoule, de polenta, au riz, aux épinards...

### Escalope de veau

Au Marsala, à la milanaise, à la florentine...

### Pain de gènes

Génoise base d'entremets divers

### Zuppa inglese

Génoise garnie de crème pâtissière et fruits confits masquée de meringue et colorée au four.

### Tiramisu

Appareil à bombe additionnée de crème et de mascarpone, parfumé au café et cacao.

### Pana cotta

Crème liquide gélifiée et aromatisée à la vanille.

## Les bonnes tables

### La Pergola à Rome

Chef : Heinz Beck

### La Calandre à Rubano

Chef : Massimiliano Alajmo

### El Sorriso à Sorrisa

Chef : Luisa Marelli Valazza

## Produits avec sigles officiels

Huiles d'olives vierges extra : Toscano, Sabina, Lucques.... AOP

Aceto Balsamico tradizionale di Modena AOP

Truffes blanches d'Alba AOP

Prosciutto di Parma AOP

## Menu

**Assortiment d'antipasti  
(Jambon de parme, coppa, pancetta, légumes confits à l'huile d'olive, copeaux de parmesan)**

**Risotto aux fruits de mer**

**Saltimboca à la Romana  
Brocoli et chicorée rouge au gratin**

**Tiramisu**

**Espresso ou cappuccino**

**grappa**