

VIAGGIO CULINARIO TRA I PROFUMI ED I SAPORI DELLA MAREMMA



Guida ai piatti tipici della Maremma: un viaggio nell'affascinante territorio toscano alla scoperta dei sapori tradizionali della cucina maremmana

- [Tortelli maremmani al ragù di cinghiale: il piatto tipico maremmano per eccellenza](#)
- [Acquacotta, ottima zuppa di pane](#)
- [Caldano, squisita zuppa di pesce maremmana](#)
- [Cinghiale in umido, piatto tipico della Maremma](#)
- [Buglione: piatto maremmano a base di agnello](#)
- [Anguilla sfumata, la vera ricetta tradizionale maremmana](#)

Viaggio culinario tra i profumi e i sapori dei piatti tipici della Maremma

Avete deciso di trascorrere le vostre vacanze in Maremma? Buongustai! Ah, la Maremma: terra di butteri e ricca di storia dalle molteplici sfaccettature. Aree estese di spazi verdi selvaggi ed incontaminati, che si alternano a distese attrezzate per soddisfare ogni desiderio...e che dire del mare? Cristallino, dalle tonalità talmente variegata, da suscitare quel senso di innamoramento adolescenziale, che tutti abbiamo provato almeno una volta nella vita. Una terra così affascinante, non poteva far altro che generare una cucina altrettanto interessante e gustosa componendo il variegato simposio dei piatti tipici della Maremma.

Sebbene questa zona della Toscana comprenda un lungo tratto di costa, nonché il più grande parco protetto sul Mediterraneo, contrariamente a quanto si potrebbe immaginare i piatti tipici della Maremma non sono esclusivamente a base di pesce. La Maremma infatti, nel suo DNA culinario, conserva e vanta, pietanze tradizionali a base di carne.



Tortelli maremmani al ragù di cinghiale: il piatto tipico maremmano per eccellenza
Parliamo a questo proposito, di un ingrediente succulento, adatto a chi ama i sapori decisi della selvaggina: il cinghiale.

Questa straordinaria carne, è impiegata anche per la preparazione del sostanzioso e saporito ragù, accompagnamento perfetto ai rinomati tortelli maremmani. Si tratta di un piatto tradizionale contadino, che generalmente presenziava nelle tavole durante i giorni di festa. I tortelli, si compongono di pasta all'uovo stesa a mano, con ripieno di ricotta e spinaci. Si possono assaggiare spesso abbinati anche da un sugo di lepre.



Tuscanypeople





Acquacotta, ottima zuppa di pane

Tra i piatti tipici della Maremma, è impossibile non menzionare l'Acquacotta, una sorta di zuppa, che ricorda la ribollita fiorentina. Il piatto si racconta essere la pietanza tipica dei butteri, e la sua preparazione varia a seconda del luogo di preparazione.

Fondamentalmente è composto di pane raffermo e verdure, dove non mancano mai, pomodori, cipolle, carote, bietole e sedano. Alcune versioni prevedono l'utilizzo dell'uovo in camicia al suo interno, e si racconta che il luogo migliore per assaporarla, sia l'area circoscritta al [Monte Amiata](#).



Leggi anche: [Acquacotta: alla riscoperta di vecchi sapori di Toscana](#)









Caldano, squisita zuppa di pesce maremmana

Se i vostri gusti prediligono le prime portate a base di pesce, non perdetevi l'assaggio del Caldano. Si tratta di una zuppa di pesce, che sicuramente lascerà un segno indelebile scolpito nella vostra memoria. La ricetta prevede l'impiego del pescato del giorno, quindi può avere ogni volta un sapore diverso.

Al suo interno, si può trovare qualsiasi tipo di pesce reperibile nel territorio maremmano, dal polpo, ai gamberi, alle cicale. Ogni pesce viene cucinato separatamente, in modo da mantenere i singoli sapori. A cottura ultimata, tutti gli ingredienti sono assemblati in una zuppa, con aggiunta di pomodoro ed erbe aromatiche.







Cinghiale in umido, piatto tipico della Maremma

La carne, torna a ricoprire il ruolo di protagonista indiscussa dei piatti tipici della Maremma. Il Cinghiale in umido, si potrebbe definire la portata principe che contraddistingue la Maremma. La sua preparazione è semplice, ma il gusto ed profumi che sprigiona, sono tutt'altro che basilici.

Il piatto si ottiene lasciando lungamente la carne di cinghiale a marinare nel vino rosso e odori (anche una notte intera), per poi cuocerlo a fuoco lento per permettere alle carni di ammorbidirsi.



Leggi anche: [Tutti i segreti del cinghiale in umido: ricetta e curiosità dalla Toscana](#)









Buglione: piatto maremmano a base di agnello

Tra i piatti tipici della Maremma, si evidenzia anche il Buglione, tipico dell'area di Capalbio. Questa pietanza prevede l'utilizzo della carne di agnello, e come per il cinghiale, si prepara una marinatura pre-cottura a base di vino rosso, aceto, cipolla, carota, sedano, rosmarino e salvia.

Successivamente la carne viene tamponata dall'eccesso di liquidi e messa in cottura. A seguire si aggiungono aglio, rigatino preventivamente soffritto, vino rosso e pomodoro. Il piatto è mantenuto piuttosto liquido, ed è accompagnato da pane abbrustolito.







Anguilla sfumata, la vera ricetta tradizionale maremmana

In chiusura, è d'obbligo parlare di un altro piatto tipico della Maremma, la cui ricetta tradizionale si tramanda da secoli. Si ipotizza che la ricetta risalga al periodo storico, in cui gli spagnoli dominarono l'Argentario nel XVI secolo: l'Anguilla sfumata. L'anguilla è un pesce che si trova in generose quantità nella Laguna di Orbetello, quindi è un alimento abilmente lavorato e sfruttato da sempre in zona.

Il piatto è composto da anguilla preventivamente affumicata, successivamente marinata, ed infine condita con una salsa tipica a base di peperoni, che prende il nome di "pimento", che dona al piatto un gusto accattivante, piccante ma non troppo.



Leggi anche: [25 Presidi Slow Food: la Toscana sul podio mondiale](#)









Dopo aver letto quali sono i piatti tipici della Maremma, potete davvero dire d avere tutti gli ingredienti per una perfetta vacanza nel cuore della Maremma toscana.

PER APPROFONDIRE:

- [Agriturismi all'Argentario: il relax che unisce bellezza e autenticità](#)
- [10 Trattorie in Maremma a cui non si può dire di no](#)
- [5 degustazioni nelle cantine della Maremma](#)

La Toscana è la tua passione? Anche la nostra!

[Teniamoci in contatto](#)

Riproduzione Riservata ©Copyright TuscanyPeople

