Numéro 22 / Printemps 2019

FOODnext

LE MAGAZINE CULINAIRE DE SV GROUP

Saluti dalla Puglia

Menace sur l'or vert
L'histoire de l'huile d'olive

Le pane pugliese, un délice
La force tranquille

Orecchiette della Nonna
Comment les préparer

La poésie des Pouilles: image typique à Alberobello, connue pour ses nombreux *trulli* – des maisons de pierre blanchies à la chaux, à toiture conique.

Chères lectrices, chers lecteurs,

Nombreux sont ceux qui connaissent et aiment l'Italie. Ils ont exploré les grandes villes, de Milan à Naples, en passant par Rome, découvert la Toscane ou le Piémont, se sont baignés dans la grande bleue en Sicile ou en Sardaigne. Mais rares sont les personnes à être allées tout au sud, jusqu'au talon de la botte: dans les Pouilles.

Quelle erreur! Les Pouilles valent en effet largement le voyage. Longtemps, la région a été à l'écart des flots de touristes. Les vieilles coutumes y sont donc restées vivaces et les paysages pratiquement intacts. Pourtant, les Pouilles ont vraiment beaucoup à offrir: ce territoire lové entre la mer Adriatique et la mer Ionienne présente une très grande diversité, difficile à trouver ailleurs en Italie.

Nous souhaitons vous faire découvrir les Pouilles dans ce numéro de Foodnext. Vous raconter son histoire, vous présenter les meilleures recettes et vous donner des conseils au sujet du vin et du voyage. La semaine découverte Pouilles organisée dans les restaurants SV, du 13 au 17 mai 2019 est une belle occasion d'aller à la rencontre de ce terroir. Laissez-vous envoûter et inspirer par cette région, je suis certain que votre prochain voyage en Italie vous y conduira.

Claudio Schmitz,

Directeur Marketing

IMPRESSUM

FOOD*next* Le magazine culinaire de SV Group / Numéro 22, printemps 2019 / Coordination: Patrizia Piattella, SV (Suisse) SA; concept et réalisation: Medienart AG, Aurorastrasse 27, 5000 Aarau, www.medienart.ch; rédaction et auteurs: Jean-Pierre Ritler, Andreas März, Raffaella Usai; mise en page: Martin Kurzbein (direction artistique), Jean-Pierre Ritler; recettes: Stefan Wälty, Katharina Arrigoni; stylisme: Daniel Aeschlimann; photos: Daniel Aeschlimann, Andreas März, Raffaella Usai, Jean-Pierre Ritler, iStock/Angelo D'Amico, kvika/Shutterstock, StevanZZ/Shutterstock.com, Pressway/Tiziano Pandolfi, Torrevento; traduction: Cap Azur Production; impression: Ib-Print AG

4 Le pays des mers
Présentation de la région des vignes, du vin et des *trulli*

8 Orecchiette di Nonna Teresa
Comment bien préparer le plat emblématique des Pouilles

10 Nero di Troia
Le paradis des amateurs de vin

13 Entretien express
Comment Antonio de Giorgi a quitté Lecce pour s'installer à Bâle

14 Menace sur l'or vert
Pourquoi les oliviers des Pouilles se meurent lentement

18 La diversité des Pouilles
Les meilleures recettes à réaliser chez soi

29 La burrata ultra-fraîche
Tout ce qu'il faut savoir sur le summum de la mozzarella

30 Benvenuti in Italia
SPIGA, histoire d'une réussite

34 Conseils voyage
Comment et quand vaut-il mieux se rendre dans le sud

35 Semaine découverte Pouilles
chez SV Group

Panorama de Vieste, à l'extrémité de la presqu'île de Gargano, qui s'avance dans la mer sur 65 km.

Le pays des mers

Les Pouilles, aux confins de l'Italie. Le pays des oliviers, des vignes et des *trulli*. Une région qui touche directement le cœur des visiteurs grâce à ses paysages bigarrés, sa chaleureuse hospitalité et ses traditions culinaires. Pour la plupart d'entre nous, c'est une partie inconnue de l'Italie, qui mérite d'être découverte. Joignez-vous à nous pour un voyage dans le pays blotti entre deux mers.

1 Contre la chaleur estivale: les *trulli*, en pierre sèche, restent agréablement fraîches.
2 Scène de rue à Trani: la nuit, les villes s'animent. **3** Marais salants à Margherita di Savoia, où l'on produit chaque année 600 000 tonnes de sel dans 4500 hectares de bassins.
4 Paradis des gourmets: des légumes, herbes aromatiques et fruits frais à foison.

Les Pouilles sont adorables. Les Pouilles sont belles. Un territoire fascinant, blotti entre deux mers, l'Adriatique et la mer Ionienne, dans le talon de la botte italienne. Vaste, puisqu'il faut parcourir près de 400 kilomètres d'une extrémité à l'autre. Une région chargée d'histoire, d'une grande beauté et empreinte de joie de vivre. Et d'une diversité qu'on ne trouve guère dans d'autres régions italiennes. Seule l'hospitalité des habitants peut rivaliser avec les magnifiques plages, les anciennes cités et les paysages époustouflants.

L'héritage de l'Empereur

Frédéric II, empereur du Saint-Empire Romain Germanique (1194-1250), avait déjà passé la majeure partie de son règne en Sicile et dans le Nord des Pouilles et doté ses territoires de nombreux châteaux et résidences, qui sont aujourd'hui des attractions touristiques. La bâtisse de Frédéric II la plus remarquable est le *Castel del Monte*, près de Corato – même si les historiens ne savent toujours pas à quoi devait servir ce château.

Après cette période, le calme est revenu. Les Pouilles étaient loin et d'autres régions d'Italie ont eu les faveurs des touristes. À présent, ce territoire inconnu du Sud, qui a tant à offrir, connaît peu à peu un regain d'intérêt.

Suivez les pas de l'Empereur: si vous ne craignez pas la distance, les accueillantes Pouilles vous régaleront de plats typiques, colorés et extrêmement variés, de formidables vins, de paysages et de côtes superbes, avec une offre quasiment inépuisable de témoignages d'une histoire mouvementée. Un voyage dans le sud vaut donc amplement le détour. Et même si les images et les mots peuvent vous donner l'eau à la bouche, il faut s'y rendre pour succomber définitivement au charme des Pouilles.

Ostuni, la *ville blanche*, dans la province de Brindisi, doit son surnom aux maisons basses typiques, en pierre calcaire, bordant les ruelles étroites du centre de la ville.

Baignade poétique: la *Grotta della Poesia* près de Roca Vecchia.

À PROPOS DE ...
Teresa Ciardo est originaire de Lecce et vit depuis plus de 40 ans à Ebikon dans le Canton de Lucerne. Elle nous révèle les secrets de fabrication des orecchiette. La vidéo de la recette est disponible sur bit.ly/foodnext-fr

Orecchiette di Nonna Teresa

Les pâtes typiques des Pouilles sont définitivement les orecchiette (orecchio veut dire oreille en italien). Le mieux est de les façonner à la main et cela en vaut la peine! Les orecchiette authentiques sont absolument divines.

La recette étape par étape pour la réussir chez vous!

La pâte
Mélanger la farine pour knöpfli, l'eau et un peu de sel et pétrir jusqu'à obtenir une pâte lisse. Elle devrait être élastique, mais pas trop molle, sinon les orecchiette se déchirent lors du façonnage.

Le boudin
Laisser reposer la pâte emballée dans du film alimentaire env. 30 minutes au réfrigérateur. Puis former des boudins d'env. 1 cm de diamètre. Les retailler en morceaux d'env. 2 cm de long.

Le couteau
Les petits morceaux sont ensuite aplatis à l'aide d'un couteau dentelé. Appuyer le couteau contre la pâte, pousser vers le bas et retirer le couteau vers l'arrière avec un mouvement délicat. C'est la forme de base de l'orecchiette.

Les doigts
Les morceaux de pâte aplatis sont ensuite posés sur l'extrémité d'un doigt et tirés vers le bas délicatement. Les orecchiette sont formées! Elles peuvent être cuites de suite ou on peut les laisser sécher à l'air libre et les cuire plus tard.

Orecchiette aux cime di rapa

Pour 4–6 personnes
PRÉPARATION: env. 50 minutes
TEMPS DE REPOS: env. 30 minutes

Les orecchiette

400 g	de farine pour knöpfli (farine de blé dur)
1	pincée de sel
2 dl	d'eau tiède
un peu	de farine pour knöpfli pour façonner

Les cime di rapa (brocoli-rave)

2	gousses d'ail, en lamelles
4 cs	d'huile d'olive
350 g	de cime di rapa, parées, en morceaux
0,5 dl	de bouillon de légumes
	sel, poivre
50 g	de pecorino, râpé

ORECCHIETTE Mélanger la farine et le sel dans un bol, former un puits. Verser l'eau dans la fontaine et pétrir en une pâte lisse. Laisser reposer emballée dans du film alimentaire env. 30 minutes au réfrigérateur. Partager la pâte en deux portions. Former un boudin de pâte d'env. 1 cm de diamètre avec chaque portion sur un peu de farine. Couper en morceaux d'env. 2 cm de long. À l'aide d'un couteau dentelé et du pouce, façonner les orecchiette. Cuire al dente env. 5 minutes dans l'eau salée bouillante, égoutter.
CIME DI RAPA Faire revenir l'ail dans l'huile chaude. Ajouter les cime di rapa et faire revenir brièvement. Verser le bouillon, laisser mijoter 5 minutes, assaisonner. Mélanger les orecchiette avec les cime di rapa, servir avec le pecorino.

L'appellation *Castel del Monte*, du nord des Pouilles, doit son nom au château éponyme. Octogonale, cette bâtisse possède huit salles au rez-de-chaussée et huit tours, également octogonales, adossées à l'une des huit arêtes. Les raisons de cette construction, de même que l'usage du château, sont toujours un mystère aujourd'hui.

Notre conseil vin

Nero di Troia

Le cépage *Nero di Troia*, du Nord des Pouilles, donne des vins sombres et croquants, aux arômes de cerise, et trouve de plus en plus d'amateurs parmi les œnophiles et les vignerons.

Les plaines du nord des Pouilles sont fertiles. On y trouve partout des champs de légumes et de céréales, parfois entrecoupés de parcelles d'oliviers et de vignes. On y produit à la fois des vins de masse et de grande qualité. Le *sangiovese* et le *montepulciano*, mais surtout le *trebbiano* et le *bombino bianco*, offrent des rendements incroyables grâce à l'irrigation et aux pergolas: 60 voire 70 tonnes de raisin à l'hectare ne sont pas rares.

D'immenses installations de vinification pressent le jus des raisins gonflés. Ce jus est ensuite fermenté, coupé et élaboré en Émilie-Romagne et en Vénétie, pour être transformé en vin bon marché sans origine et livré à des chaînes de supermarchés insatiables.

Mais au nord de Bari, on trouve également de très bons vins. L'appellation la plus connue est *Castel del Monte*, dans l'arrière-pays d'Andria. On y cultive notamment les cépages *Nero di Troia*, *montepulciano* et *aglianico*, qui produisent des vins rouge de qualité. Seul le *Nero di Troia* est toutefois considéré comme véritablement autochtone.

Le Noir de Troie

D'aucuns affirment que ce cépage est originaire de Troie, en Grèce, et qu'il aurait été apporté par un guerrier victorieux. D'autres prétendent que son origine est albanaise. Les fables et suppositions circulent, mais nul ne sait avec certitude d'où provient ce cépage. Jusqu'à une époque relativement récente, le *Nero di Troia* n'était pas très prisé; en effet, il est sujet aux maladies, produit des rendements assez faibles et est exigeant, même une fois en cave. Pendant longtemps, on n'en avait pas l'utilité dans les Pouilles, car la demande pour du vin de qualité était inexistante. Mais cette époque est révolue.

Dans les Pouilles aussi, il y a toujours eu des vignerons qui n'ont pas manqué de mettre en bouteille des vins de qualité et de caractère, s'opposant à la tendance au vin de masse et au vin de coupage.

Au nord, Rivera, Santa Lucia et Torrevento se sont fait un nom dès les années 80 en se distinguant par la remarquable qualité de leurs vins. Le vin le plus célèbre de l'appellation *Castel del Monte*, le *Riveras Il Falcone*, une cuvée composée de 70% de *Nero di Troia* et de 30% de *montepulciano*, a été présenté pour la première fois en 1950. Mais le *Nero di Troia* n'a été produit en monocépage que bien plus tard.

Francesco Liantonio, de Torrevento, estime qu'environ 30 vins en monocépage *Nero di Troia* sont commercialisés aujourd'hui. Son domaine en produit cinq à lui seul. En effet, ce cépage convient non seulement aux vins structurés, mais aussi aux qualités bon marché: les rendements des différents cépages oscillent entre 4 et 12 tonnes à l'hectare.

Les Pouilles sont situées tout au sud, mais aussi à l'extrême Est de l'Italie. Les conditions qui règnent pour la viticulture au nord des Pouilles sont très différentes de celles du sud, par exemple du Salento. Le *Nero di Troia* mûrit relativement tard, il est vendangé au plus tôt début octobre, voire mi-octobre ou fin octobre, selon le millésime, la charge de raisins et l'altitude. Si on ne laisse pas le raisin mûrir le temps nécessaire, il tend à produire des tanins durs. Pour obtenir des vins de qualité, il est donc indispensable de ne pas laisser plus de 7 à 8 tonnes de raisin à l'hectare, afin de garantir une maturation homogène, même lors des années difficiles.

Castel del Monte, l'appellation phare

Dans l'appellation *Castel del Monte*, les vignobles sont plantés à une altitude de 200 à 600 mètres. Même si les températures peuvent atteindre les 40 degrés Celsius en été, l'air frais qui descend des montagnes proches durant la nuit rafraîchit les vignes même en l'absence de vent. La mer, située à seulement 20 kilomètres de là, contribue aussi à les rafraîchir. Outre les arômes de cerise du *Nero di Troia*, la situation particulière des vignobles, au nord des Pouilles, explique pourquoi les vins de ce cépage possèdent un caractère relativement septentrional et frais.

Les Pouilles sont en pleine mutation. On y trouve de moins en moins de vins de masse et là où la viticulture survit, les producteurs adoptent des cépages autochtones qui se prêtent à la production de vin. Les cépages étrangers sont passés de mode, le *negroamaro* (11 400 ha) stagne, le *primitivo* (11 700 ha) est en plein boom et le *Nero di Troia* (2500 ha) gagne rapidement en popularité.

Les trois principaux cépages des Pouilles

ÉLÉGANCE

Uva di Troia

Le raisin Troia (*Uva di Troia*) pousse uniquement dans le nord des Pouilles, où l'on produit des vins tanniques, plutôt frais, aux arômes de fruits noirs et de cerise. L'appellation *Castel del Monte* présente la plus grande densité d'exploitations viticoles de qualité. Mais l'imposant château n'est pas le seul à attirer l'attention sur ces vignobles: la roche calcaire, recouverte d'une mince couche de terre, ne permet pas de production de masse. Dans les vignes, la qualité est la seule option possible.

FRAÎCHEUR

Negroamaro

Dans le cépage *negroamaro* moderne, les notes cireuses et surmûries, autrefois habituelles, ont cédé la place à des arômes de fruit, rappelant parfois la confiture. Ces vins sont frais, fruités et ne manquent pas d'allure. On attendrait plutôt une faible acidité de l'extrême Sud de l'Italie, pourtant le *negroamaro* se distingue justement par son acidité croquante caractéristique, qui lui permet d'accompagner idéalement chaque repas.

POPULARITÉ

Primitivo

Le *primitivo* provient lui aussi du sud des Pouilles. Il n'est primitif que dans le sens de «précoce». Il atteint des degrés d'alcool considérables, notamment dans les zones plus chaudes. Mais ses arômes intenses de fruit, qui vont des herbes aromatiques au passito, en passant par le café, sont bien plus intéressants que son taux d'alcool. Depuis que le *primitivo* connaît une certaine popularité à l'étranger, sa culture s'est étendue dans tout le Salento.

PORTRAIT
Antonio de Giorgi (60 ans) est originaire de Lecce, dans l'extrême sud des Pouilles. Toute sa vie, il a travaillé dans le secteur de la restauration. Aujourd'hui, il est au restaurant SV *Osteria Dodici*, sur le campus Novartis de Bâle.

«Dans les Pouilles, le soleil brille chaque fois que j'ouvre la fenêtre.»

Antonio de Giorgi avait 17 ans quand il a quitté Lecce et pris le chemin du nord. «Contrairement aux autres jeunes, je ne voulais pas quitter les Pouilles, mais juste voyager un peu, apprendre des langues et acquérir de l'expérience dans la restauration. Ensuite, je comptais rentrer à la maison et servir les touristes dans leur langue.»

C'était il y a 43 ans, et Antonio n'est jamais revenu. Ainsi va la vie: il a notamment voyagé en Écosse, en France, en Allemagne, pour arriver en Suisse. Il a aussi rencontré l'amour de sa vie, une Française, et quatre enfants ont vu le jour. «Un jour, j'ai compris que je ne reviendrais au pays qu'à la retraite.» Comme beaucoup d'expatriés, il s'est construit une maison dans les Pouilles. Il l'avoue en souriant: «La maison n'est toujours pas terminée. Aujourd'hui, je sais que je resterai dans le Nord. Dans cinq ans, je prends ma retraite, et je me réjouis à l'idée de cultiver tranquillement mon jardin en France.»

Il n'a jamais coupé les ponts avec les Pouilles. Chaque année, il revenait avec toute sa famille à l'extrémité du talon de la botte italienne. «J'y ai souvent eu des discussions animées. Pourquoi ne développez-vous pas plus la région, pourquoi tolérez-vous ce système politique?» Antonio s'anime. «Oui, je suis peut-être devenu un véritable Suisse après toutes ces années. J'aime la discipline et le travail acharné. Le système qui règne dans le Sud m'agace de plus en plus.»

Malgré toutes les critiques, il reste fier de son pays d'origine. «J'ai le droit de m'énerver contre l'Italie. Mais si un étranger se permet de faire la même chose, je me mets en colère.» En dépit de la distance, son cœur bat toujours pour les Pouilles. Il ne peut s'empêcher de nous donner des conseils pour visiter sa région: «Éloignez-vous de la côte pour la nuit, trouvez un hôtel dans l'arrière-pays. Ce sera moins cher, vous y mangerez mieux et vous pourrez facilement vous baigner dans deux mers le même jour.»

Qu'est-ce qui lui manque le plus? Le regard d'Antonio s'adoucit à cette question. «Dans les Pouilles, quand je me réveille et que j'ouvre la fenêtre le matin, le soleil brille. Le soleil brille toujours. Voilà ce qui me manque dans le Nord!»

Menace sur L'OR VERT

Depuis 2013, les oliveraies du Salento, la partie la plus méridionale des Pouilles, sont atteintes d'une maladie terrible: les oliviers se dessèchent à partir de la couronne et meurent rapidement, décimés par la bactérie *Xylella fastidiosa*. Aujourd'hui, toute l'Europe craint sa propagation.

Une image de plus en plus rare: un olivier sain dans les Pouilles.

Depuis la découverte de la maladie, en 2013 à Gallipoli, la bactérie Xylella a parcouru 140 kilomètres en remontant la botte, laissant derrière elle un paysage désolé d'arbres squelettiques. La vitesse à laquelle la bactérie se propage (près de 30 kilomètres par an) est inquiétante.

On n'a encore trouvé aucun remède. Les mesures préventives – dégager les sols, tailler et renforcer les arbres, lutter contre le vecteur de la bactérie – peuvent au mieux ralentir l'infection de nouvelles oliveraies, mais pas l'empêcher. La Xylella n'est pas sélective et infecte aussi bien les oliveraies traitées aux herbicides que celles qui sont cultivées biologiquement, les oliviers sauvages que les oliviers cultivés. L'espoir initial que les oliviers bien entretenus pourraient être épargnés s'est envolé au vu de l'avancée indifférenciée de la maladie. Comme l'explique Donato Boscia, chercheur contre l'épidémie de Xylella à Bari, la propagation pourrait ralentir parce que la densité de l'insecte vecteur de la bactérie (cicadelle) diminue à mesure que l'on monte vers le nord, car les agriculteurs de la région de Bari tondent l'herbe ou retournent le sol et que le climat y est plus frais… mais il est impossible de le stopper.

Comme le phylloxéra autrefois

La situation ressemble à ce qui s'est passé il y a 150 ans, quand le phylloxéra est arrivé en Europe et a détruit les vignobles européens. Dans l'urgence, on tenta d'employer des moyens chimiques, un procédé extrêmement dangereux, car le gaz pompé dans la zone racinaire était non seulement toxique, mais aussi explosif. La solution au problème sauta aux yeux lorsque l'on se rendit compte que les cépages américains étaient résistants au phylloxéra. Comme le phylloxéra avait besoin de passer par les racines pour se propager, on lui bloqua quasiment le chemin en sélectionnant un cépage résistant pour la partie inférieure du plant de vigne et en y greffant un cépage européen.

Pour la Xylella aussi, la lutte chimique n'est pas une option envisageable. En effet, les bactéries n'y réagissent pas et il faudrait doucher fréquemment l'insecte vecteur, sur des kilomètres carrés, pour l'éradiquer, ce qui tuerait toute vie sur les territoires et aurait des conséquences inacceptables pour l'écosystème.

La bactérie Xylella a transformé les fières oliveraies plusieurs fois centenaires du Sud du Salento en cimetières d'arbres.

Quelle variété est immunisée?

Seule la résistance à la maladie fonctionne. On est donc à la recherche de variétés d'oliviers qui résistent à la bactérie. Deux cultivars sont déjà connus, le *leccino* et le *favolosa*. Pour le moment, le fait de ne disposer que de ces deux variétés résistantes est assez frustrant pour tout le monde, puisque le *favolosa* est une variété nouvelle et que le *leccino* ne présente pas de propriétés qualitatives particulières.

Pourtant, parmi les 400 variétés italiennes d'oliviers, il en existe probablement d'autres qui résistent à la maladie. Sauf qu'on ne sait pas lesquelles. Ces dernières années, on est à leur recherche dans les Pouilles. Mais il faudra encore du temps pour que les oléiculteurs des autres régions sachent si leurs oliveraies sont menacées ou non, et ce qu'ils peuvent planter sans danger. En effet, les chercheurs ne veulent pas risquer de publier des résultats non étayés scientifiquement. De mauvaises recommandations pourraient causer des dommages considérables.

Les ennemis des ennemis de la Xylella

Au début de la propagation de la Xylella, la population, et même certains politiciens, le ministère public et une partie de la presse, n'étaient pas en colère contre la maladie proprement dite, mais contre ceux qui voulaient éradiquer la bactérie par la recherche et l'abattage d'arbres malades et des arbres sains voisins.

Les attaques contre Giuseppe Silletti, à l'époque chargé par le gouvernement de coordonner la lutte contre la Xylella, de la part d'une alliance aussi opaque que contre nature entre paysans furieux, militants professionnels, défenseurs de l'environnement fanatiques, populistes, grands propriétaires fonciers richement subventionnés, complotistes et charlatans ont aidé la bactérie à prendre une avance désormais impossible à rattraper.

Dès 2015, Giuseppe Silletti voulait stopper la bactérie par des abattages. Mais une partie de la population s'est opposée aux tronçonneuses et aux pelleteuses et, peu de temps après, le plan a été abandonné sur décision judiciaire. Sur pression de l'opinion publique, ce n'est pas la bactérie qui a été neutralisée, mais M. Silletti, mis à la retraite. Les abattages, impopulaires, n'ont quasiment pas eu lieu, et la voie était de nouveau dégagée pour la Xylella. Au fait: les arbres que Giuseppe Silletti voulait abattre sont aujourd'hui tous morts, sans compter d'immenses surfaces infectées qui auraient potentiellement pu être sauvées.

Une partie de l'opinion publique semble cependant se diriger peu à peu dans une direction plus raisonnable. Hélas, la situation reste dramatique pour les oléiculteurs du Salento, et menaçante pour tous les autres. S'il s'avérait impossible de stopper l'avancée de la Xylella, il n'y aurait pas d'autre alternative que de se préparer à vivre avec la bactérie, car un remède universel n'est pas en vue. Dans ce contexte, l'invasion de Xylella constitue bien l'un des plus importants défis pour l'agriculture européenne.

1 Olivier typique sain dans le Salento (il y a quatre ans). **2** Premiers signes de la maladie: la pointe des feuilles se dessèche. **3** L'année suivante, des branches entières meurent. **4** Stade final inéluctable: après l'infection, il faut 18 mois à 4 ans pour que la couronne et le tronc meurent. Les rhizomes reprennent encore pendant un temps et finissent aussi par mourir.

Pasta con ragù di carne e salsiccia

Recette page 28

La diversité des Pouilles

La cuisine des Pouilles est l'une des plus variée d'Italie et elle est une digne représentante de la célèbre cuisine méditerranéenne. Mais nous pouvons aussi recréer la magie culinaire des Pouilles chez nous en Suisse, voici quelques suggestions.

Insalata di finocchio

Recette page 28

Spaghetti alle cozze e basilico

Recette page 28

Alici al forno

Pour 4 personnes
PRÉPARATION: env. 30 minutes
CUISSON AU FOUR: env. 30 minutes

600 g	d'anchois frais, prêts à cuisiner
	sel, poivre
50 g	de chapelure
50 g	de persil, ciselé
2	gousses d'ail, hachées finement
0,5 dl	d'huile d'olive
	sel, poivre
100 g	de tomates dattes, coupées en deux

Rincer les anchois à l'intérieur et à l'extérieur à l'eau froide, essuyer, répartir sur une plaque du four, assaisonner. Mélanger la chapelure, le persil, l'ail et l'huile d'olive, assaisonner. Répartir la masse sur les anchois, disposer les tomates par-dessus.

CUISSON AU FOUR Faire gratiner env. 30 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C.

Pollo arrosto con polenta

Pollo arrosto con polenta

Pour 4 personnes
PRÉPARATION: env. 40 minutes
CUISSON AU FOUR: env. 40 minutes

Le poulet

8	cuisses de poulet supérieures
2	gousses d'ail, hachées finement
1	brin de romarin, haché finement
2 cs	d'huile d'olive
	sel, poivre

Les légumes

1/2	oignon, en lanières
1	gousse d'ail, en lamelles
2 cs	d'huile d'olive
8	asperges vertes, en morceaux
3	oignons en botte, en morceaux
100 g	de petits pois surgelés
50 g	de pousses d'épinard
1 dl	de bouillon de légumes
	sel, poivre

La polenta

1 litre	de bouillon de légumes
200 g	de semoule de maïs grossière, p. ex. bramata
50 g	de mascarpone
30 g	de parmesan râpé
	sel, poivre

POULET Frotter le poulet avec l'ail, le romarin et l'huile, assaisonner. Faire dorer côté peau dans une poêle pouvant aller au four. Puis faire rôtir 30–40 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C.

LÉGUMES Faire revenir l'oignon et l'ail dans l'huile chaude. Ajouter les asperges, les oignons frais, les petits pois et les épinards et faire revenir brièvement. Verser le bouillon, laisser mijoter 5 minutes, assaisonner.

POLENTA Porter le bouillon à ébullition, baisser le feu. Verser la polenta en pluie dans le bouillon en remuant sans cesse et laisser mijoter 10 minutes. Laisser épaissir 30 minutes sur feu doux en remuant de temps en temps, assaisonner.

Taralli

Pour env. 40 pièces
PRÉPARATION: env. 20 minutes
TEMPS DE REPOS: env. 30 minutes
CUISSON AU FOUR: env. 30 minutes

Papier cuisson pour la plaque du four

500 g	de farine blanche
1 cc	de sel
2 cc	d'anis
1,75 dl	de vin blanc
1,75 dl	d'huile d'olive

Mélanger la farine, le sel et l'anis. Verser le vin et l'huile, bien mélanger le tout, pétrir en une pâte molle, former une boule, puis laisser reposer à couvert env. 30 minutes. Partager la pâte en 6 portions. Former un boudin de pâte d'env. 0,75 cm de diamètre avec chaque portion. Couper en morceaux d'env. 8 cm de long, former des boucles. Laisser pocher par portions dans l'eau salée bouillante env. 4 minutes, laisser égoutter sur un linge de cuisine. Poser les boucles sur la plaque du four préparée.

CUISSON AU FOUR Cuire env. 30 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C.

CONSEIL Agrémenter le mélange de farine avec 1 cs de romarin haché.

Pane pugliese

Pane pugliese

Pour 1 pain

PRÉPARATION: 24–36 heures (en fonction du levage pendant la nuit ou pas)
CUISSON AU FOUR: env. 45 minutes
Robot ménager avec crochet à pétrir ou à la main

LE LEVAIN

5 g	de levain-chef actif au blé*
50 g	d'eau, à température ambiante
25 g	de farine complète de blé
30 g	de farine blanche de blé

LA PÂTE À L'AUTOLYSE

450 g	de farine de blé dur
340 g	d'eau, à température ambiante

PÂTE PRINCIPALE

	tout le levain**
10 g	de sel
40–80 g	d'eau, à température ambiante

LEVAIN Jour 1, le soir: mettre l'eau et le levain-chef actif au blé dans un bocal en verre et mélanger à la cuillère. Ajouter les farines et incorporer. Laisser fermenter pendant la nuit à couvert à env. 25° C. Le levain devrait au minimum doubler de volume pendant la nuit.

AUTOLYSE Jour 2, le lendemain matin: mettre l'eau, puis la farine de blé dur dans le bol du robot et mélanger pendant 3 minutes à petite vitesse. Couvrir et laisser pousser 30 – 60 minutes à température ambiante.

Puis ajouter le levain mûr, ensuite le sel et incorporer en pétrissant à petite vitesse en ajoutant pendant les 10 premières minutes 40 – 80 g d'eau, goutte à goutte. Ajouter autant d'eau que nécessaire pour que la pâte se détache à peine des parois et soit encore très molle. À la fin, la pâte devient élastique et plus ferme.
Température idéale pour la pâte: env. 25°C

FERMENTATION/PLIAGE DE LA PÂTE Mettre la pâte dans un plat à gratin graissé avec de l'huile d'olive ou dans un bac à pâton. Au bout de 30, 60 et 90 minutes, replier la pâte en l'étirant de l'extérieur vers le milieu avec les mains mouillées. Étirer la pâte en veillant à ne pas la briser! Pendant ces étapes, bien couvrir la pâte. Puis laisser fermenter une nouvelle fois 2 – 3 heures sans la toucher jusqu'à ce que la pâte présente des bulles et soit aérienne. Bien surveiller!

FAÇONNAGE Déposer la pâte délicatement, sans retirer l'air qu'elle renferme, sur le plan de travail légèrement fariné. Décoller la pâte à l'aide d'une cornette à pâte du plan de travail et former une boule ferme en étirant la pâte vers le dessous. Déposer la pâte, la pliure au-dessus, dans un banneton fariné de façon homogène. Si vous n'avez pas de banneton, utiliser un bol tapissé d'un linge de cuisine.

APPRÊT Laisser pousser la pâte dans le banneton ou le bol, couvert avec un linge de cuisine sec, pendant 4 – 16 heures à 5 – 6° C au réfrigérateur.

GRIGNAGE/CUISSON AU FOUR
Démouler la boule de pâte délicatement du banneton sur une feuille de papier cuisson et inciser la pâte comme souhaité à l'aide d'un couteau bien aiguisé. Cuire le pain 10 minutes dans le four bien préchauffé avec ajout de vapeur à 240° C. Au bout de 10 minutes, ouvrir la porte du four pour permettre l'évaporation. Poursuivre la cuisson 30 – 35 minutes à 210° C. Pour obtenir un pain particulièrement croustillant, entrouvrir la porte du four les 5 dernières minutes de cuisson.

CONSEIL Le pain des Pouilles est aussi adapté à la cuisson en cocotte en fonte: préchauffer la cocotte à vide 40 minutes, puis cuire le pain avec le papier cuisson dans la cocotte 15 minutes à 240° C avec le couvercle, puis 25 – 30 minutes à 210° C à découvert.

* La préparation du levain est expliquée sur www.besondersgut.ch/foodnext-fr. Le levain actif signifie qu'il a doublé de volume en 4 – 6 heures à env. 25° C.
** Nourrir les restes de levain qui collent au verre avec 10 g d'eau et 10 g de farine, laisser fermenter dans un petit verre et utiliser comme nouveau levain.

Le levain
Pour le pane pugliese, un levain-chef est nécessaire. La fabrication détaillée du levain est expliquée sur www.besondersgut.ch/foodnext-fr

La cuisson au four
Le pain pugliese est encore plus croustillant cuit dans une cocotte en fonte.

Sporcamuss

Sporcamuss

Pour env. 30 pièces
PRÉPARATION: env. 30 minutes
CUISSON AU FOUR: env. 20 minutes
Papier cuisson pour la plaque

Les coussinets en pâte feuilletée

500 g	de pâte feuilletée
1	jaune d'œuf
1 cs	de crème à café
2 cs	de sucre

La crème

4 dl	de lait
1	gousse de vanille, les graines grattées et la gousse
2	jaunes d'œufs
40 g	de fécule de maïs
120 g	de sucre
1	citron bio, le zeste râpé
2	feuilles de gélatine, trempées dans l'eau froide, égouttées
2 dl	de crème entière, fouettée en chantilly

un peu de sucre glace

COUSSINETS EN PÂTE FEUILLETÉE Abaisser la pâte sur un peu de farine sur env. 5 mm d'épaisseur, mettre sur la plaque préparée. Mélanger le jaune d'œuf avec la crème, en badigeonner la pâte, parsemer de sucre. Couper la pâte à l'aide une roulette à pâte ou d'un couteau bien aiguisé en carrés d'env. 5 cm de côté.

CUISSON AU FOUR Cuire env. 20 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C. Laisser tiédir.

CRÈME Porter 3 dl de lait à ébullition avec la vanille. Mélanger le jaune d'œuf, la fécule de maïs, le sucre et le zeste de citron avec le reste de lait dans un bol. Verser le lait bouillant sur ce mélange en remuant. Verser de nouveau dans la casserole et laisser mijoter en remuant sans cesse pendant 1 minute. Ajouter la gélatine, mélanger, filtrer l'appareil à travers une passoire fine, laisser tiédir. Incorporer la crème fouettée délicatement. Couper les coussinets de pâte feuilletée en deux dans l'épaisseur, garnir de crème, saupoudrer de sucre glace.

Torta all'arancia

Pour 1 gâteau de 26 cm de diamètre
PRÉPARATION: env. 30 minutes
CUISSON AU FOUR: env. 40 minutes

1 moule à charnière d'env. 26 cm de diamètre

un peu de beurre pour graisser le moule

Le biscuit

3	œufs
250 g	de sucre
0,8 dl	d'huile d'olive
1,5 dl	de jus d'orange
1	orange bio, le zeste râpé
250 g	de farine blanche
1	sachet de de poudre à lever

La garniture

2	oranges, le jus pressé
1	citron, le jus pressé
50 g	de sucre
1	orange bio, en fines tranches

BISCUIT Fouetter les œufs avec le sucre en masse mousseuse. Ajouter l'huile et continuer de fouetter 5 minutes. Ajouter le jus d'orange et le zeste. Mélanger la farine blanche et la poudre à lever, incorporer. Verser la pâte dans le moule préparé.

CUISSON AU FOUR Cuire env. 40 minutes au milieu du four préchauffé à 180° C. Laisser tiédir le biscuit dans le moule. Piquer à l'aide d'un cure-dent.

GARNITURE Porter le jus d'orange et le jus de citron à ébullition avec le sucre, laisser mijoter 20 minutes. Répartir les rondelles d'orange sur le gâteau, imbiber le gâteau avec le sirop d'orange.

CONSEIL Pour vérifier que le gâteau est cuit, faites le test de l'aiguille. Piquez le gâteau dans la partie la plus épaisse avec une brochette en bois. Si la pâte ne colle pas à la brochette, le gâteau est cuit. Sinon, poursuivez la cuisson.

Pasta con ragù di carne e salsiccia

Pour 4 personnes
PRÉPARATION: env. 1 heure

Le ragoût

1	oignon, haché finement
150 g	de céleri-branche, en petits dés
1	carotte, en petits dés
2	gousses d'ail, hachées finement
2 cs	d'huile d'olive
200 g	de viande hachée de bœuf
150 g	de salsiccia italienne, la chair de la viande sortie de l'enveloppe
2 dl	de bouillon de légumes
1 boîte	de tomates concassées, env. 400 g
2	feuilles de laurier
	sel, poivre

Les pâtes

500 g	de penne
50 g	de pecorino, en copeaux
1 bouquet de basilic, effeuillé	

RAGOÛT Faire revenir les légumes dans l'huile chaude 10–15 minutes. Ajouter la viande et la salsiccia, et faire revenir 5 minutes. Ajouter le bouillon, les tomates et le laurier, laisser mijoter 1 heure, assaisonner.

PÂTES Cuire les penne al dente dans l'eau salée bouillante. Égoutter, mélanger avec la sauce et agrémenter avec le pecorino et le basilic.

Insalata di finocchio

Pour 4 personnes
PRÉPARATION: env. 15 minutes

La salade

2	fenouils, émincés finement à la mandoline
1	oignon rouge, en fines rondelles
0,5 dl	d'huile d'olive
1	citron bio, le zeste râpé et le jus
2 cs	de persil plat, haché finement
	sel, poivre

Mélanger le fenouil avec le reste des ingrédients, laisser macérer 5 minutes.

Spaghetti alle cozze e basilico

Pour 4 personnes
PRÉPARATION: env. 30 minutes

La sauce

½	oignon, haché finement
1	gousse d'ail, hachée finement
0,5 dl	d'huile d'olive
2	filets d'anchois à l'huile, égouttés
2 cs	de câpres, égouttées
1 boîte	de tomates concassées, env. 400 g
½	bouquet de basilic, ciselé
	sel, poivre

Les moules

800 g	de moules de bouchot, nettoyées
2 cs	d'huile d'olive
0,5 dl	de vin blanc
1	citron bio, le zeste râpé et le jus
500 g	de spaghettis

SAUCE Faire revenir l'oignon et l'ail dans l'huile chaude. Ajouter les anchois, les câpres et les tomates. Laisser mijoter 30 minutes, ajouter le basilic, assaisonner.

MOULES Bien nettoyer les moules sous l'eau froide. Jeter les moules ouvertes, elles ne sont pas consommables. Faire revenir les moules dans l'huile chaude env. 2 minutes. Ajouter le vin, le jus et le zeste de citron, laisser cuire à couvert 5 minutes. Cuire les spaghettis al dente dans l'eau salée bouillante. Égoutter, mélanger avec la sauce et servir avec les moules.

La burrata ultra-fraîche

La burrata est le fleuron gastronomique des Pouilles. Elle est certes moins connue que la mozzarella de Campanie, mais est de plus en plus appréciée aujourd'hui par les connaisseurs du monde entier.

La burrata déploie sa fabuleuse saveur quand elle est fraîche, à l'instar de sa cousine, la mozzarella. Si ce fromage frais, crémeux et onctueux est exporté, il est mille fois meilleur consommé sur place. Il mérite à lui seul un voyage dans les Pouilles.

Alors que la mozzarella existe depuis des siècles, la burrata est relativement récente. La plupart des gens affirment qu'elle a vu le jour dans les années vingt, lors d'un hiver très rigoureux: après une tempête de neige, les paysans de la région d'Andria ont été coupés du monde pendant des jours et n'ont pas pu vendre leurs produits.

Le fromager Lorenzo Bianchino a fait de nécessité vertu et trouvé une idée de génie: utiliser la pâte filée de la mozzarella comme enveloppe protectrice pour sauver sa crème de la perte – la burrata était née!

La véritable burrata est très souple et possède une couche extérieure ultrafine, d'une épaisseur de 2 ou 3 millimètres au maximum. L'aspect de l'intérieur permet de déterminer si la burrata a été fabriquée par des moyens mécaniques ou artisanalement. Les fils de mozzarella ne doivent pas être uniformes, mais coupés à la main, de manière irrégulière. Il est également important que la burrata n'ait pas un goût acide.

Les consommateurs trouveront sur le marché la burrata et la Burrata di Andria IGP, qui peut être fabriquée dans toute la région des Pouilles. Afin de prolonger la durée de conservation pour l'exportation, on peut ajouter de la crème chauffée à ultra-haute température à la Burrata di Andria IGP. Mais avec la crème fraîche, c'est bien meilleur. La burrata sans IGP peut même être produite dans le monde entier, puisque l'appellation n'est pas protégée.

Benvenuti in Italia – SPIGA, histoire d'une réussite

Une pizza croustillante, des pâtes fraîches et un tiramisu pour couronner le tout. Les *ristoranti* SPIGA symbolisent le bon goût et la joie de vivre italienne et sont aujourd'hui au nombre de six en Suisse. Ou comment l'imprévu et la spontanéité sont à l'origine du succès.

TOUT D'ABORD FAIRE AUTREMENT

La cuisine italienne rime avec joie de vivre et plaisir, elle rappelle les vacances. Pas étonnant que les restaurants italiens restent aussi populaires et ne sont pas près de passer de mode. L'offre est extrêmement vaste. Un nouveau restaurant doit donc être soigneusement planifié, sur la base d'un concept bien étudié. On pourrait le croire. Mais l'exemple de SPIGA le montre, les actes spontanés sont parfois à l'origine de grandes réussite.

En 2008, l'un des projets de restaurant prévus dans le nouveau centre commercial Westside de Berne s'est brusquement arrêté. Le locataire avait disparu et le propriétaire s'est soudain retrouvé démuni. Nécessité fait loi: le consultant missionné par le bailleur et épaulé par une équipe pluridisciplinaire a forgé en quelques mois un tout nouveau concept: pizza, pasta, salate et dolci, suivis d'un café italien. Le premier *ristorante* SPIGA a ouvert ses portes en octobre 2008.

Le succès a été aussi inattendu que la création du concept: au même comptoir, on commande, on paie et on enlève son repas quelques minutes plus tard. Un concept de libre-service qui garantit un minimum d'attente tout en combinant fraîcheur, saveur et joie de vivre typique de la cuisine italienne. Le nom de l'enseigne traduit aussi cette philosophie: *spiga* signifie en effet *épi* en italien et évoque le blé, l'ingrédient de base de nos pâtes et pizzas.

VERS DE NOUVEAUX RIVAGES

Au bout d'un an, il était temps pour les concepteurs d'engager la phase suivante et de trouver un acheteur adéquat. C'est là que nous sommes entrés en jeu. Le contrat ne portait pas seulement sur l'acquisition de la marque et de l'ensemble du concept, mais aussi sur une surface locative appropriée pour établir un deuxième SPIGA au Glattzentrum de Wallisellen.

En octobre 2010, le deuxième SPIGA a ouvert au Glattzentrum sous notre égide. À notre grande joie, ce restaurant a lui aussi très bien démarré. Délais d'attente, cuisine italienne très prisée et atmosphère conviviale: les éléments idéaux pour un restaurant sur ce site animé et très fréquenté.

RISTORANTE
BAR e CAFFÈ
SPIGA

SUR LA VAGUE DU SUCCÈS

Portés par la réussite des premiers ristoranti SPIGA, nous nous sommes vraiment lancés dans l'expansion en 2013/14, en ouvrant non moins de quatre nouveaux établissements: en 2013, dans la Steinenvorstadt de Bâle, dans la Löwenstrasse de Zurich, au Fischapark de Vienne et, en 2014, dans la Eisengasse de Bâle. Avec trois implantations à Bâle et à Zurich, nous en avons profité pour moderniser et rafraîchir l'enseigne, en supprimant l'épi du logo et en adoptant une nouvelle byline: *Ristorante Bar e Caffè*.

NOUVELLE ORIENTATION

La réussite ne va pas sans déconvenues. En 2016, nous avons dû fermer le *ristorante* SPIGA de la Steinenvorstadt de Bâle. Mais c'est bien connu, on apprend de ses erreurs. C'est ce que nous avons fait. SPIGA est un concept intemporel qui fonctionne bien. Mais nous savons aujourd'hui que les conditions cadres sont primordiales et que nous devons choisir nos implantations avec le plus grand soin.

SPIGA Westside 2009

SPIGA Glatt 2010

SPIGA Seedammcenter 2018

Le mélange de café maison: *L'Onesto*.

Par ailleurs, le moment était venu de renforcer notre positionnement. Bien entendu, nous avons conservé notre image d'italien simple et sympathique, qui a été la clé de notre succès depuis le début. De même que notre convivialité emblématique.

Nous voulions consolider plus nettement auprès du public l'image de lieu de rencontre agréable de nos *ristoranti* SPIGA. Matin, midi et soir. Nous avons donc optimisé sans cesse la décoration intérieure: le marbre rouge, typique des nouveaux établissements de Zurich et de Bâle, est devenu un signe distinctif, tout comme l'espace lounge et ses grands fauteuils confortables.

L'HISTOIRE SE POURSUIT

Le 10 octobre 2018, nous avons fêté notre 10e anniversaire, en faisant souffler un vent de fraîcheur dans nos restaurants avec SPIGA 2.0: un rouge foncé marbré a remplacé le vert et le logo a été légèrement modifié, pour une image rajeunie.

Le SPIGA du Seedamm-Center de Pfäffikon (SZ), ouvert dès septembre 2018, a été le premier établissement relooké. Après les SPIGA du Westside, du Glattzentrum et du Shoppi Tivoli, c'est déjà notre quatrième implantation dans un centre commercial.

Ce re-branding s'est aussi accompagné d'une refonte du menu: de nouveaux plats ont intégré la carte, l'offre végétarienne a été élargie, tout comme l'offre de salades. Dans tous les *ristoranti*, le menu est désormais affiché sur des écrans.

Ajoutons que nous attachons aussi une grande importance au développement durable. En plus du lait de prairie, de la viande suisse, des œufs d'élevage en plein air, etc., nous avons conçu en 2018 notre propre mélange de café, le SPIGA *Espresso L'Onesto*, en collaboration avec la brûlerie Bertschi de Birsfelden. Le café est issu d'une production durable et équitable, et se distingue par son arôme intense. Il est également disponible en paquet dans tous les *ristoranti* SPIGA. En parallèle, nous avons lancé au début de l'année 2019 notre propre tasse réutilisable, alternative durable aux gobelets à emporter conventionnels.

Naturellement, pas question de nous reposer sur nos lauriers. L'ouverture d'un autre SPIGA est prévue en décembre 2019: cette fois, nous prenons pied dans l'Est de la Suisse, à Coire. Nous sommes ravis à l'idée d'y gâter nos hôtes en leur offrant la joie de vivre italienne et des mets délicieux, durant la pause de midi et le soir.

SPIGA Eisengasse 2014

L'HISTOIRE DE SPIGA AU FIL DES ANS:

- Janv. 2010 – Westside, Berne
- Oct. 2010 – Glatt, Wallisellen
- Déc. 2013 – Steinenvorstadt, Bâle
- Janv. 2014 – Löwenstrasse, Zurich
- Mars 2014 – Fischapark, Vienne
- Sept. 2014 – Eisengasse, Bâle
- Juil. 2016 – Tivoli, Spreitenbach
- Oct. 2016 – Fermeture Steinenvorstadt
- Mai 2018 – Seedamm-Center, Pfäffikon SZ
- Déc. 2019 – Steinbock, Coire

10 ANNÉES DE CHANGEMENTS: TOUS LES LOGOS DE SPIGA

2008 – 09

2010 – 13

2014 – 18

Seit 2018

Lieux: Löwenstrasse, Zurich I Glattzentrum, Wallisellen I Seedamm-Center, Pfäffikon (SZ) I Westside, Berne I Eisengasse, Bâle I Foodcourt, Shoppi Tivoli, Spreitenbach I Fischapark, Wiener Neustadt (AT) I Steinbock, Coire (à partir de déc. 2019)

Concept: les *ristoranti* SPIGA proposent à leurs hôtes, midi et soir, des pâtes fraîches, des pizzas maison et un grand choix de salades. Le système de comptoir avec cuisine ouverte permet un service rapide et garantit un minimum d'attente. Au café italien, nous servons des spécialités de café et de thé, ainsi que de savoureux dolci.

Voyage dans les Pouilles

Un producteur de fruits et légumes attend ses clients au port d'Otranto. Ici, le temps est un peu suspendu.

PAR QUELS MOYENS DE TRANSPORT?

La route est longue en voiture: environ 1000 kilomètres séparent Zurich de Foggia, dans le Nord des Pouilles. Il faut y ajouter 360 kilomètres pour rejoindre l'extrémité sud. Antonio de Giorgi (voir page 13) recommande de rallier les Pouilles en plusieurs jours et d'en profiter pour découvrir le reste de l'Italie. La voiture présente un autre avantage: on peut remplir son coffre de délices culinaires et de vin pour entretenir la nostalgie une fois rentré chez soi.

Le voyage est plus rapide en avion: un vol direct de Zurich à Bari dure 1 heure 50. Les Pouilles possèdent deux aéroports, Brindisi et Bari. D'avril à octobre, Swiss propose quatre vols directs pas semaine pour Bari. Les vols avec correspondance sont moins chers, mais bien plus longs. Par exemple avec la Lufthansa, via Munich, à destination de Bari, ou d'abord avec la Lufthansa, vers Stuttgart, puis avec Eurowings vers Bari. Vous pouvez en outre faire des économies en réservant à l'avance. Selon votre lieu de résidence, prendre un vol easyJet direct au départ de Bâle ou de Genève vous coûtera moins cher. Vous pourrez aisément louer une voiture aux aéroports, ce que nous vous recommandons chaudement. Dans le Sud de l'Italie, les transports publics subissent des retards chroniques et sont peu développés.

Le train est l'option la plus écologique et la moins stressante. Mais là aussi, il faut prévoir du temps, puisque le trajet de Zurich à Lecce dure environ 13 heures. De quoi vous plonger dans la riche histoire des Pouilles. Un seul changement à Milan. Ensuite, le confortable train à grande vitesse *Frecciarossa* file jusqu'à la destination finale à 200 km/heure.

QUAND PARTIR?

Les Pouilles sont un ravissement en mai et juin, lorsque les coquelicots rouges resplendissent entre les oliviers, et à l'automne, quand les plages sont désertées, mais la mer encore agréablement chaude. En juillet/août, les plages sont surpeuplées, car les locaux y passent aussi leur temps libre. Du point de vue du climat, septembre est le mois idéal pour séjourner dans les Pouilles.

Paysage côtier presque intact au sud d'Otranto.

QUE FAUT-IL VOIR?

La place est loin d'être suffisante dans cet article pour dresser la liste de toutes les curiosités des Pouilles. Achetez un guide de voyage et surfez sur Internet. Suivez votre inspiration, car la joie de l'anticipation fait déjà partie du voyage …

Promenade sur le front de mer à Bari, au coucher du soleil.

CUCINA PUGLIESE

SEMAINE DÉCOUVERTE POUILLES

Du 13 au 17 mai 2019
dans les restaurants SV

Découvrez et savourez la diversité du Sud!

Voilà à quoi ressemble la Pasta buona !

DÉCEMBRE 2019
ÉGALEMENT À COIRE.

EISENGASSE • BÂLE
GLATTZENTRUM • WALLISELLEN
LÖWENSTRASSE • ZURICH
SEEDAMM-CENTER • PFÄFFIKON SZ
SHOPPI TIVOLI • SPREITENBACH
WESTSIDE • BERNE

RISTORANTE
BAR e CAFFÈ
SPIGA