

Indice analitico delle ricette

Primi piatti

- Bigoli 111
Bigoli coi caparozoli (vongole) 111
Bigoli coi pedoci (mitili) 112
Bigoli co le sardele salade 111
Brodo brustolà 112
Brodo brustolà 1 112
Brodo brustolà 3 113
Brodo brustolà 4 113
Brodo brustolado 2 112
Brodo coi oci 113
Brodo de galina co le nadighe *vedi*
 Nadighe
Brodo de osi de porco 114
Brodo, pasta per 113
Brodo scampà 113
Broudo 114
Cadaso 125
Faro de formenton 124
Faro de orgio 124
Faro de sis (ceci) 124
Fusarioi 114
Fusi 114
Fusi con tartufi 115
Gnocchetti di farina per brodo 116
Gnocchetti di gries in brodo 115
Gnocchetti di pane in brodo 115
Gnocchetti di patate per brodo 115
Gnocchi di formaggio in brodo 116
Gnocchi di idria o zlikofci 1 117
Gnocchi di patate 117
Gnochi sbrovai 116
Granzi 128
Granziporo, risotto di 157
Iota istriana 125
Krafi 1 119
Krafi o crafi de Albona 2 119
Lasagne 120
Lasagne col sugo dei fusi 120
Lasagne con panzeta scotada 120
Lasagne con salsa sporca 120
Lesagne 121
Lesagne sporche 121
Lingua per l'Asensa o Polenta col
 tocio 196
Luganighe e verze 129
Macaron, macaroi, macaroin 121
Minestra 121
Minestra de bimbi novi 122
Minestra de bobici 1 122
Minestra de bobici 2 122
Minestra de bobici 3 123
Minestra de fasioi, pizioi (ceci) e
 patate 125
Minestra de formenton 4 123
Minestra de pasta e patate 125
Minestra de rave in vinazza 126
Minestra de verze, junsiza 126
Minestra d'orzo 124
Minestron 126
Ministreina (minestra di fave
 fresche) 127
Nadighe in brodo (gnocchi di
 formaggio) 127
Orzo e fasioi, orzo e patate 125
Panada 128
Panadela de nona Elisabetta 127
Passutize 128
Polenta coi granzi 128
Polenta co' le broze 128
Polenta de patate 129

- Polenta in garbo *vedi* Garbo, polenta in
- Polenta isolana 129
- Polenta, luganighe e verze *vedi* Luganighe e verze
- Polenta nera 128
- Rafioi col pien 130
- Rafiol (raviolo) 130
- Ravioli di verdura 130
- Reizi col oio 131
- Risi e bisi 132
- Risi e fegadini 2 131
- Risi e fegadini, risi coi fegadei 1 131
- Risi e verze 132
- Risoto con la granzievola 134
- Risoto de brodeto 152
- Risoto de canestrei 133
- Risoto de caperozoli col vin 133
- Risoto pilao 132
- Savojada 134
- Sbirici 134
- Scroboli zuf 134
- Sopa 135
- Sopa croata 135
- Sopa de pantalone (patelle) 136
- Sopa in vin 137
- Sope in brodo 135
- Sopeta 136
- Sopin 136
- Sorizi nou'di 116
- Spaciapan 137
- Spaghetti *vedi* Bigoli
- Spasapan coi pisi (pesci) 137
- Spazzapan 137
- Strazade o strasade 137
- Strazade con buro e pangratà 138
- Strazade con sugo de galo *vedi* Sguazeto de galo co le strazade
- Strucolo de patate 138
- Strucolo de spinase 139
- Strucolo istriano per nozze 138
- Subioto 139
- Supa 136
- Supa de vin (zuppa al vino) 136
- Supa fransiza 136
- Taiadele *vedi* Lasagne
- Torta de funghi e patate 140
- Zgroubi 135
- Zgroubi garbi 135
- Zlikofi 1 *vedi* Gnocchi di idria
- Zlikofi 2 118
- Zlikofi 3 118
- Zuppa di rane 140

Pesci

- Anguela, latterino, giral 142
- Anguilla, bisato 142
- Angusigolo (aguglia) 142
- Asià spinarola 143
- Astice fritto 143
- Bacalà (baccalà) 143
- Bacalà al gratin 144
- Bacalà alla marinara 145
- Bacalà co la polenta 145
- Bacalà frito 144
- Bacalà in bianco 144
- Bacalà in brodeto 146
- Bacalà in rosso 144
- Bacalà in rosso (in umido) 146
- Bacalà lessò 144
- Bacalà rosto 144
- Bacalà all'istriana 145
- Barboni, triglia, tria 146
- Barboni de palazziol *vedi* Triglia
- Bavoso 147
- Bisato in savor 142
- Bollito, pesce 147
- Botarga 148
- Bransin 148
- Branzin 148
- Branzin in scartozo 148
- Brodeto 148
- Brodeto de canoce 1 149
- Brodeto de canoce 2 149

- Brodeto de pese 150
 Brodeto de sepe (seppie) 151
 Brodetti di crostacei e molluschi 150
 Brodetto di granceola 150
 Brodetto di scampi 150
 Brodetto di sepioline in nero con polenta 151
 Brodo di pesce alla dalmata 150
 Brodo di pesce bianco con riso 151
 Broveto 149
 Brudeito 149
 Calamari con polenta alla piranese 153
 Calamari ripieni 154
 Canoco e polenta 154
 Caramal (calamaro) 153
 Datoli (datterì) 154
 Datterì, zuppa di 154
 Dental (dentice) 155
 Filetti di sogliola 169
 Filetti di sogliola con vino 169
 Folpo di Coludarz, insalata di 155
 Frutti di mare *vedi* Sopa de fruti de mar
 Gamberi 155
 Garuse, garusole 155
 Granzievole 157
 Granzi, gransi 156
 Granzi in salata 156
 Granzo o granzievola lessati 157
 Menole, minule 157
 Merluzo asinel 157
 Merluzo, fileti de 157
 Moli in salsa de limon 158
 Molo 158
 Mousoli 159
 Mussolo 159
 Naride nerita (chiocciola marina) 159
 Naridole lesse in salata 160
 Orada al forno 160
 Ostrega, ostriga de Palù 160
 Pedoci *vedi* Sopa de pedoci
 Pesce marinato 164
 Pisso in peipa (pesce azzurro in umido) 160
 Rombo 161
 Salpa 161
 Sampiero 161
 Sardele a scotadeo 161
 Sardele in agrodolce 162
 Sardele in bianco 162
 Sardelini saladi 162
 Sardoni 163
 Sardoni in bianco 163
 Savor 163
 Savor de pesse 164
 Savor de triglie o de menole 163
 Scampi 165
 Scampi alla busara 165
 Scampi alla cardinala 165
 Scampi alla parigina 166
 Scampi sofigai 166
 Scarpena 166
 Scuranza 166
 Sepe roste 168
 Sepe (seppie) 167
 Sepe sofegade 2 167
 Sepe sofigade 1 167
 Sepoline, sepuline 168
 Seppie e verze 168
 Sesame 168
 Sfoia, sfogia, sfogio (sogliola) 169
 Sgombri 171
 Sgombri alla griglia 171
 Sgombri allo spiedo 172
 Sopa de fileti de sardoni 170
 Sopa de fruti de mar 170
 Sopa de guati (ghiozzi) gialli 171
 Sopa, supa de pedoci 170
 Suaso 161
 Subioti (aguglie) 172
 Tonno in brodetto 153
 Ton, tonina, tono 172
 Tria (triglia) 173
 Triglie al tegame 173

- Triglie, barboni de palazziol 173
 Zievolo (cefalo) 174
 Zotoli 174
- Piatti di mezzo**
- Agnel (agnello) 177
 Agnello, stufato di coscia di 178
 Agnel rosto (pranzo pasquale) 178
 Bistecche della mulinera 179
 Bovoli 214
 Bracirole con cipolla 180
 Brisiole de castrà 180
 Cagoie de Montona 213
 Caporai 181
 Carne impanada, galina, polastro o videl 184
 Carni in speo 207
 Castradina 184
 Cavreto 184
 Ciuche 213
 Coda de agnel 178
 Coradela de porco 186
 Coste 186
 Costolette con erbe aromatiche 180
 Crocchette 186
 Fegato alla veneziana 189
 Figà 190
 Freise 190
 Freitada 212
 Freito 190
 Fritata istriana con tartufi 212
 Garbo, polenta in 193
 Gulasch duved 206
 Lingua di maiale 196
 Lombo 197
 Luganighe col sugo 197
 Luganighe col vin 197
 Luganighe e verze 198
 Luganighe, fasioi e rave garbe (brovada) 197
 Luganighe istriane 198
 Lumache 213
- Maiale, modi di preparare il 202
 Manzo a lessò, insalata di 180
 Montone, cosciotto di 199
 Mule orbe, mulize, mulze 199
 Panseita 200
 Pasticcio di amlets con prosciutto 212
 Pien 191
 Polenta con fasioi e radicio selvadego 220
 Porco 202
 Salsicce *vedi* Luganighe
 Sarma con il cappuccio o la verza fresca (francese) 182
 Sarma con il cappuccio o la verza inacidita (ungherese) 181
 Sarme 182
 Sguazeto de vedel 209
 Spalita 204
 Spezzatino con patate o calandracca 205
 Spezzatino di carne e piselli 205
 Spezzatino ungherese 206
 Spiedini (cevapcici, rasnici) 206
 Szekely gulasch 205
 Treipe 208
 Tripe 207
 Tripoline de agnel *vedi* Agnel
 Tripoline de agnel e ricota 178
 Uccelletti scappati 209
 Uccellini con verze 183
 Uova alla besciamella 211
 Uova sode di zia Mariele 211
 Useleti 208
 Useleti de carne 208
 Useleti scampai 208
 Vitello 209
- Pollame e cacciagione**
- Beccaccia 179
 Beccaccia del Carso 179
 Capon 181

- Capriolo o cervo, spezzatino di 184
 Cinghiale arrosto 185
 Cinghiale stufato 185
 Dindietta col pien de nose (noci) 188
 Dindio col pien 188
 Dindio con le lasagne 188
 Dindio rosto 186
 Dindio rosto coi fusi co le lasagne 187
 Fagiano all'inglese 189
 Fegatini di pollo, crostini con 190
 Galletti de agosto 191
 Galina 191
 Galina col pien 191
 Galina rosta 192
 Gallo rosto con i fusi 193
 Gineproni 194
 Gineproni e tordi 193
 Laeveri 196
 Lepre con erbe aromatiche 195
 Lepre con polenta 194
 Lepre della bisnonna 194
 Lepre in agrodolce, spezzatino di 195
 Lesso di gallina con ripieno 192
 Lievito rosto 196
 Mazoro, masoro, masorin (maschio dell'anitra selvatica) 199
 Mazoro s'ceto in tecia 199
 Oca 200
 Parnize 200
 Pernici con i funghi 200
 Polastro e pomi fritti 201
 Pollo 201
 Pollo all'isolana 201
 Pollo all'istriana 201
 Pollo con prosciutto 201
 Quaglie in foglie di vite 203
 Salvadego 203
 Selvaggina in paiz 204
 Sguazeto de gallo co le strazade 193
 Svazeto de lepre 196
 Tacchino ripieno di castagne 187
 Tacchino *vedi* Dindio, dindietta
 Tordi *vedi* Gineproni e tordi
 Useleti 208
- Verdure**
- Articochi 216
 Asparagi (sparisi) 216
 Beche 216
 Bisi 216
 Bisi novi con patatine 216
 Bleda e patate 217
 Broccoli 217
 Cappuccio 217
 Capuzi garbi 217
 Capuzi freschi 218
 Capuzi garbi in pignata 218
 Cavoli 218
 Cime sofigade 219
 Crauti con carne di maiale 218
 Cucumeri, cugumeri 219
 Erbe 219
 Erbete (bleda) o verze e patate in tecia 220
 Fasoleti, fasioleti 220
 Fasol, fasoi 220
 Fave 220
 Fenocio 220
 Fritata de erbe 212
 Funghi 221
 Lente (lenticchie) 221
 Luvino (lupino) 221
 Miscianza 223
 Omlet de spinaze 225
 Pane cote 221
 Panoce 221
 Patate alla torcera 222
 Patate in tecia 222
 Patate ripiene 222
 Peperoni (peveroni) 222
 Peperoni ripieni 223
 Pomodoro 222

- Prace 183
 Radici de campagna 223
 Radicio con la miscianza 223
 Radicio de cavidagna 224
 Radicio e fasoi 223
 Ravanei 224
 Rave garbe (brovada) 224
 Rave in vinazza in tecia 224
 Rodoleti de capuzi 183
 Rompisasso 224
 Salata capuzada 224
 Sedano (seleno) 225
 Sizerbole 225
 Smreche 219
 Sparisi *vedi* Asparagi
 Sparizi 216
 Speziarie 225
 Suonzi (funghi) 221
 Tegoline 225
 Verza al tegame 226
 Verze e patate in tecia 226
 Verze ripiene 182
 Virze 227
 Zanevero 219
 Zanevro (ginepro) 219
 Zimole 227
 Zuca 227
 Zuca santa 227
- Dolci, frutta e formaggi**
 Baicoli 236
 Bigné 236
 Budino allo zabaglione 262
 Budino inglese 236
 Busoladi 2 237
 Busolai 236
 Buzolai 1 (albonesi) 237
 Buzolai 3 237
 Buzolai 4 238
 Buzolai 5 238
 Buzolai con acquavite 239
 Casseti 239
 Cazzetti 240
 Chifeleti 240
 Codognada 240
 Colaci 240
 Confeti 241
 Cornelie 241
 Crocante 241
 Croccante morbido 242
 Crostoli, galani 242
 Crostuli 243
 Formaiela 229
 Freitole 2 244
 Fritole 1 243
 Fritole 3 244
 Fritole de pomi col vin rosso 245
 Fritole de suca 246
 Fritole di cioccolata 245
 Fritole istriane 245
 Fugassa 246
 Fugassa fuorte 247
 Fugasse o pinze 258
 Galeti 247
 Gibanica 247
 Gorgonzola 230
 Grostoli 243
 Lunette 247
 Luserne 248
 Macaruoni 248
 Mandole brustolade 248
 Mandorle, pastine di 248
 Mostazoni 251
 Neve paradiso (bocca di dama) 251
 Oblie 252
 Olive cote 233
 Olive negade in tel vin 233
 Palacinche 252
 Pampagnachi 253
 Pan 254
 Pan coto soto la zenere 253
 Pandespagna 254
 Pan di Spagna 255
 Pandoli 255

- Pane all'istriana 254
Pane per caffè 254
Pan spizià a la veronese 255
Papin 255
Papini 256
Parpagnacchi (antica ricetta) 257
Parpagnacchi 256
Parpagnacchi di Pisino 257
Parpagnaco 256
Pastine di mandorle 248
Paston de rusignoi 258
Pecorino 230
Pignocade 258
Pinse 258
Pinze o fugasse 258
Puina, ricotta (Capodistria) 230
Putine di Piemonte 259
Rafioi 259
Saltimpanza 260
Savoiarda 260
Spernazi 260
Stelle di noci 251
Strachin 229
Strucolo 260
Strucolo de pomi 261
Strucolo de spinaze 261
Strucolo de zio Egidio 261
Titole 261
Titole, colombine, puignole 261
Torta de marzapan 250
Torta di mandorle 250
Torta di mandorle nere 249
Torta di nocciole e cioccolato 252
Torta di nocelle "di Graziella" 252
Torta di noci 251
Torta speciale con le mandorle 249
Vissole 262
Zaleti 262
Zavaion 262
Zavaion coi saltimpanza 262
- Salse**
Cren 219
Grassi conzier o condimento 119
Mayonnaise per pesce a lesso 147
Paiz 185
Salsa di limone per bollito 147
Salsa per bollito 147
Salsa per pesce 147
Sugo di lumache 214
Tocio scampà 207
Zeladia 174

"La cucina istriana", di Mady Fast
collana: cucine del territorio – serie Tarka – Orme editori
ISBN 978-88-6710-055-2