

La Gastronomia

Annidiata tra "l'Armor", la regione del mare, e "l'Argoat", la regione dei Boschi, la gastronomia bretonese si è arricchita nel corso degli anni di ciò che il suo ambiente naturale le offriva. I Bretoni, grandi viaggiatori, hanno saputo far evolvere la cucina tradizionale utilizzando spezie e prodotti provenienti da ogni angolo del pianeta.

La cucina bretonese è caratterizzata dalla sua semplicità e dalla qualità dei suoi prodotti.

Il burro salato

Il burro salato è un elemento essenziale della cucina bretonese, soprattutto nella tradizione pasticceria dei dolci bretoni. Il burro bretonese, salato al sale marino, gode della ricchezza dei pascoli bretoni.

I piatti tipici

Le crêpes e le galettes

Specialità tipicamente bretoni, le crêpes e le galettes presentano una grande varietà di gusti e di preparazioni a seconda delle regioni. La differenza principale risiede nella composizione della loro pasta. La galette è costituita di farina di grano saraceno (grano nero) ed è una preparazione salata che viene guarnita con prosciutto, formaggio, funghi...

La pasta della crêpe, invece, viene preparata con farina di frumento ed è dolce... Le crêpes e le galettes sono generalmente accompagnate da sidro o da latte battuto nella zangola ("latte Ribot").

Il far breton ed il kouign-amann

Il Far breton è un flan a base di uova e di latte. Anche se ve ne è una grande varietà, quello più conosciuto è tuttavia il farz forn. Rum o prugne possono per esempio essere aggiunti alla pasta. Anche la cannella e la vaniglia possono dare una punta di esotismo a questo dessert regio-

nale. Secondo una ricetta originaria di Douarnenez, kouign-amann significa dolce al burro. Si tratta di una pasta lievitata a cui viene integrato burro salato di fattoria con un procedimento simile a quello di una pasta sfoglia. La qualità del burro salato ed il tempo di riposo della pasta sono essenziali per la riuscita di questo dolce.

I frutti di mare ed il pesce

La Bretagna, grazie alla sua lunga costa affacciata sul mare e la sua miriade di porti di pesca, trae molte delle sue risorse dal mare. Pertanto, molluschi e crostacei sono i fiori all'occhiello della gastronomia bretonese. Varie specie di molluschi e crostacei vivono sulla battigia, come il cannolicchio, la vongola, il tartufo, il cuore edule, la chiocciola, il gamberetto rosa o grigio... Si coltivano anche le cozze, sui filari, e le ostriche, piatte o cave, a seconda delle regioni. In acque più profonde, si pescano le mazzancolle, gli scampi e gli astici. Il litorale bretonese ospita anche granchi come il granciporro o "dormitore", il granchio verde, le striglie o il ragno.

Le coste bretoni ospitano anche centinaia di specie di pesci. Alle aste sui porti di pesca, si potranno trovare: sardine, merlani gialli, sgombri, spigole, rane pescatrici, platessa, merluzzi, razze, gronchi, rombi, orate, merlani neri... I tanti fiumi bretoni ospitano anche pesci d'acqua dolce come i salmoni, le trote o i carnivori...

Le bibite bretoni

Il sidro: Le mele, una volta colte, vengono stoccate in sacchi di tela, selezionate e raggruppate in varietà più o meno dolci. Si beve, fermié, bouché, tradizionale, brut o dolce. Il sidro di Cornovaglia fu il primo prodotto della regione bretonese ad essere riconosciuto come "Denominazione d'Origine Controllata", che tiene conto di criteri come l'esposizione al sole, la pluviometria, l'altitudine... Altre regioni producono un sidro di qualità, come i siti di Fouesnant, d'Hennebont o Val de Rance.

La birra bretonese: La tradizione della fabbri-



cazione della birra in Bretagna risale al XVII secolo e grazie ai giovani che hanno continuato a farla vivere, la produzione artigianale perdura. Le marche bretoni più note sono la Coreff de Morlaix, la cervoise Lancelot, la birra di grano nero Telenn Du, la birra bianca Blanche hermine...

Lo chouchen: È il nome bretonese dell'idromele. Viene chiamato "chemillard" nella regione gallica e "chouchen" nella regione bretonese. Si tratta di una bevanda alcolica a base di miele e di acqua a cui si aggiunge un po' di lievito, fermenta molto rapidamente ma il gusto si forma lentamente.

Il pommeau: Questo aperitivo liquoroso viene fabbricato per "mutazione", tra sidro dolce, all'inizio della fermentazione, e grappa, nella proporzione di due terzi, un terzo. Il pommeau possiede tutte le qualità del suo aspetto ambrato: il profumo fiorito, la dolcezza della mela ed il calore del sole.

CONTATTO DI STAMPA

presse@tourismebretagne.com

Tél. + 33 (0)2 99 28 44 30

Trovate tutte le cartelle di stampa su

www.bretagna-vacanze.com

bretagna-
vacanze.
com

