

# Cucina NATURALE

dove lo scelgo, come lo cucino

## Al super

BUONI CONSIGLI PER COMPRARE LE ZUPPE  
FRESCHIE DI VERDURA, IL LATTE PIÙ GENUINO  
E BUDINI, CREME E CIOCCOLATA IN BUSTA

# NOCCIOLE

tostate, in crema, da bere,  
perfino in ragù. E splendide  
protagoniste di torte deliziose

## LE RICETTE

Un menu che ti coccola.  
Avocado da tutto il mondo,  
panzerotti al forno e senza lievito  
e castagne in crema golosa

## Salute!

Come tenere lontani  
i malanni di stagione?



90012

Settimanale € 3,40 | 11 NOVEMBRE 2019 | 90012

Siamo ospiti del ristorante gourmet Il Tempo Nuovo, guidato dallo chef Tommaso Sanguedolce, all'interno dell'antico Castello di Ugento. Il menu reinterpreta la tradizione pugliese e la valorizza con erbe autoctone e agrumi



# Il Tempo Nuovo del Salento

CI È PIACIUTO PERCHÉ

La location è davvero speciale. Il Castello di Ugento oggi ospita nove suite e la scuola di cucina Puglia Culinary Centre. La sala del ristorante si trova nella corte principale della fortificazione. L'ambiente, caratterizzato da un bel contrasto tra pietra e arredi minimal, risulta intimo. Nella cucina trova spazio anche lo Chef's Table, dove un gruppo di ospiti può, su prenotazione, godersi il pasto seguendo da vicino il lavoro della brigata.

di Simone Zeni

Nel cuore della Puglia, all'interno dello storico Castello di Ugento, oggi boutique hotel di charme, è nato un nuovo ristorante orientato al fine dining naturale e ricercato. Lo chef Tommaso Sanguedolce propone, con l'impiego d'ingredienti locali, la sua cucina pugliese rivisitata in chiave contemporanea e creativa. Nelle antiche stanze che ospitano questo indirizzo gourmet, aperto sia agli ospiti della struttura che agli esterni, va così in scena un menu attento alla stagionalità e alla provenienza di ogni singolo elemento proposto.

## Territorio e stagionalità

La cucina di Tommaso Sanguedolce è perfettamente riconoscibile, votata alla leggerezza, alla distinzione chiara dei sapori, ottenuta attraverso una selezione di materie prime naturali del territorio. Il tutto esaltato con piacere da erbe e agrumi del Giardino delle piante utili, che si trova all'interno del castello e che viene curato personalmente dallo chef e dallo staff. Tutte le tipologie autoctone di verdure ed erbe che non vengono coltivate direttamente sono scelte dallo chef Sanguedolce nei mercati locali, anche dei comuni limitrofi, che ama frequentare.

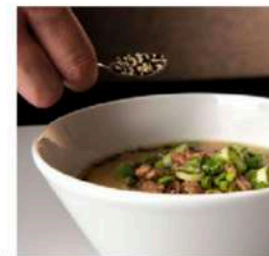


## Salento 2.0

La tradizione pugliese, soprattutto salentina, acquista così nuova forma pur mantenendo tutta la sua essenza. È evidente in proposte in cui la terra incontra il mare, come Gambero Rosso di Gallipoli e ricotta di latte di mandorla e caglio; lo Gnocco di ricotta di pecora, ricci di mare ed emulsione di rucola; il Dentice con cicorina selvatica, carrube ed emulsione al pompelmo. Ci sono poi piatti naturalmente veg come la Pasta alla crudaiola o il Sorbetto di fichi d'India e verberna, mandorle e sedano. A concludere la proposta, una carta dei vini interessante che, pur comprendendo varie regioni italiane e francesi, si concentra sulla Puglia con Primitivo, Negroamaro, Malvasia Nera, Aleatico e Susumaniello. ■

**Il Tempo Nuovo**  
Via Castello 13  
Ugento (LE)  
tel. 3339142404  
castellodiugento.com

e anche...



## PRIMO NOODLE BAR DI NAPOLI

Nel capoluogo campano, precisamente nel quartiere di Chiaia, lo chef Lucio Paciello e l'imprenditore Rosario Del Priore hanno dato vita al locale Staj, nome che richiama la cucina thai e al contempo invita a "stare", per assaporare gli amati spaghetti orientali. Nel menu anche gyoza e bao, ovvero i ravioli e i panini ai vapori tipici della cucina asiatica. Importante la proposta vegetale tra brodi, tagliatelle di frumento, alghe essiccate.

## STAJ

Via Bisignano 27  
Napoli  
staj.it

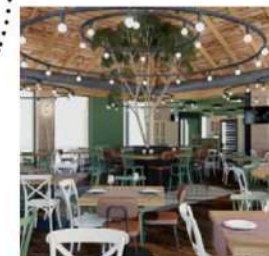


## ARIA DI CASA NELLA LOCANDA VEGANA

Nell'Oltrepò Pavese, un casolare caratteristico e accogliente ospita al suo interno il ristorante vegano La Cena di Pitagora. La proposta, tra zuppe, risotti, pane autoprodotti e stornati, è quella di un menu fisso al prezzo di 23 euro, comprendente un antipasto, un primo, un secondo, un dolce e un caffè (fatto con la moka!). La struttura ha anche alcune camere e la Stanza dell'Olmo è ideale per ritiri di meditazione e seminari.

## LA CENA DI PITAGORA

Via San Ponzo 25  
Ponte Nizza (PV)  
lacenadipitagora.it



## GARDEN CENTER O RISTORANTE?

La catena italiana di giardinaggio Viridea si apre alla ristorazione con Erba Matta - Giardino con Cucina,

all'interno del grande store di Cusago. Si tratta di un ristorante e bistro di cucina contemporanea che funge anche da pizzeria, caffetteria, gelateria. Il fil rouge del menu è il mondo botanico, con diverse proposte del territorio e l'abbondante impiego di piante aromatiche. Diversi i piatti vegetariani, realizzati con materie prime prevalentemente biologiche.

## ERBA MATTA

Giardino con cucina  
Viale Europa 11  
Cusago (MI)  
erbamatta.bio