

La [cucina pugliese](#) si basa sui tre prodotti agricoli principali della regione cioè il [grano](#) , l' [oli](#)  
[o](#)  
il  
[vino](#)  
. La cucina barese è arricchita, oltre che dai predetti ingredienti, anche da  
[ortaggi](#)  
e  
[frutta](#)  
in abbondanza nel territorio. Con la farina si cucinano l'ottimo  
[pane](#)  
pugliese e le paste alimentari casalinghe:  
[orecchiette](#)  
,  
*recchietelle*  
o  
*strascinate*  
,  
*chiancarelle*  
ossia orecchiette di grandezza varia,  
[cavatelli](#)  
,  
*lagane*  
,  
*troccoli*  
ossia  
[fettuccine](#)  
,  
[fusilli](#)  
ossia  
*maccheroni arrotolati*  
,  
[tripoline](#)  
e  
*mignucchi*  
ossia gnocchetti di semola.

Con la pasta fatta in casa si preparano anche [calzoni al forno](#) con ripieno di [cipolla](#) , [acciu](#)  
[he](#)  
[apperi](#)  
e  
[olive](#)  
;

[panzerotti](#)

fritti ripieni di

[lardo](#)

e

[ricotta](#)

o

[mozzarella](#)

;

[pettole](#)

alla barese;

[pizze](#)

rustiche, la tipica

[focaccia alla barese](#)

, i

[taralli](#)

, le

[friselle](#)

e gli

[scagliozzi](#)

o scagliozze ossia fette di

[polenta](#)

fritta.

Condimenti sovrani sono l'olio e l' [aglio](#) . Ottime sono le minestre di verdure e quelle a base di pane ( *pancotto* e *caponata*), [ceci](#) , [fave](#) intere o

schiacciate (con

[cicorie](#)

),

[cavoli](#)

,

[sedani](#)

, cardi e

[finocchi](#)

che compaiono in tavola anche da soli con olio, o salati o con brodo di

[maiale](#)

.

I piatti di carne sono per lo più a base di [agnello](#) (*tacche* al forno, *cottarello*, *involtini*, in barese&quot;ghimridd'&quot;), di maiale ( *capocolli*

,

*salsicce*

varie soprattutto condite con

[peperoncino](#)

),

[coniglio](#)

e cacciagione. Raffinatezza: i tordi in salsa conservati nel vino bianco.

Specialità: il [riso al forno alla barese](#) chiamato pure *riso, patate e cozze* nonché le [linguine](#) al sugo di

[seppia](#)

e le lumache alla barese ossia

[lumache](#)

, raccolte dal vicino promontorio della

[Murgia](#)

, cotte o lessate e condite in vario modo.

Bari, in quanto città di mare, è inoltre famosa per i numerosi e ottimi piatti di [pesce](#): il dentice alle olive, l'

[orata](#)

alla San Nicola, le

[alici](#)

arraccanate e i

[polipetti](#)

in casseruola.

Tra i dolci tipici di Bari ricordiamo le [cartellate](#), le *paste reali*, le *castagnedde*, i [sassanel](#) [li](#), la [ze](#)

[ppola](#)

, il

[bocconotto](#)

, la

[scarcella](#)

e il

*callume*

ossia sanguinaccio dolce.

Tra i vini pregiati, di Bari e della provincia, ricordiamo: il Primitivo, il Castel del Monte, il Moscato di Trani, i bianchi della [Valle d'&#39;Itria](#), l'Aleatico e varietà di Cerasuolo e di Sangiovese. Abbondante la produzione di vini da taglio tra cui il

*Barletta*

.

fonte: [it.wikipedia.org](http://it.wikipedia.org)