



## Peperone crusco: il sapore lucano nei vostri piatti

Dolce, a forma conica e di un rosso intenso, il **peperone crusco** è un prodotto alimentare tipico della **Basilicata** che negli ultimi anni ha conquistato il palato di molti chef ed è uscito dalla sua dimensione regionale per entrare a tutti gli effetti nella gastronomia nazionale. Con il suo colore suggestivo è una vera e propria specialità locale che ha origini antiche e porta in tavola una tradizione secolare. Per ottenere la sua **croccantezza** unica viene sottoposto a due procedimenti: il primo è quello dell'essiccazione, che sfrutta la polpa sottile e il basso contenuto d'acqua del peperone dolce lucano; il secondo, la frittura, lo rende "crusco".

### Peperone crusco, come si prepara: l'essiccazione

Il microclima presente in Basilicata, la grande fertilità del terreno e la presenza di grandi riserve idriche hanno permesso ai coltivatori lucani di diverse località tra cui **Senise, Valsinni, Tursi, Chiaramonte, Francavilla e Sant'Arcangelo** di ottenere un prodotto di alta qualità. Ogni anno la semina avviene in primavera, prediligendo i mesi di marzo e aprile, e il raccolto viene effettuato nei primi giorni di agosto. Prima di procedere all'essiccazione i peperoni raccolti vengono **disposti su teli di stoffa in un luogo buio e asciutto** per qualche giorno. In seguito si potrà procedere all'operazione chiamata "insertatura" che consiste nella formazione di collane, note come *serte* o *nserte*, di lunghezza variabile da 1,5 a 2 metri, ottenute infilando a mano i peduncoli dei peperoni in un filo che viene poi appeso. La

disidratazione del prodotto, nei tempi passati, avveniva all'aria aperta, molto lentamente, ed anche oggi in alcune aziende a conduzione familiare si utilizza ancora questa metodologia, mentre altre aziende hanno optato per l'utilizzo di stanze in cui la temperatura rimane costante e controllata, garantendo così una essiccazione di ottima qualità. È fondamentale che questo processo avvenga in ambienti caldi e a bassa umidità, prevenendo lo sviluppo di muffe e insetti.

## Come friggere il peperone crusco

Il peperone, per diventare *crusco*, deve essere sottoposto a uno shock termico che gli permette di raggiungere la consistenza di croccantezza ideale. Nella cucina lucana lo si fa **friggere per pochi secondi in olio extravergine di oliva**, stando attenti a non bruciarlo, e poi lo si mette in freezer. Durante l'inverno, alcuni riescono a sfruttare l'escursione termica lasciando i peperoni all'aperto dopo la cottura.

## Peperone crusco, ricette della tradizione contadina

Il peperone così cucinato può quindi essere usato come contorno, snack o ingrediente di alcuni **piatti tipici della regione**, tra cui la **pasta con ceci e peperoni cruschi** e il **baccalà alla lucana**.

Dalla tradizione gastronomica della regione, inoltre, arriva un piatto povero antispreco di grande gusto: **l'acquasale dei pastori**, un primo piatto che i contadini e i pastori si portavano nei campi per avere la giusta energia per lavorare. La ricetta è davvero semplice e assomiglia un po' alla [panzanella](#) toscana. Per prepararla iniziate affettando o spezzettando del **pane raffermo** in una ciotola; successivamente in una padella con olio extra vergine di oliva fate rosolare uno spicchio d'aglio, del peperoncino e il peperone crusco sminuzzato; fate soffriggere leggermente, il tempo che l'olio si insaporisca e il peperone si gonfi; in seguito versate dell'acqua tiepida e aggiungete del prezzemolo e del sale. Fate cuocere per circa 10 minuti portando l'acqua a ebollizione e poi aggiungete le uova facendo attenzione che restino intere.

Una volta cotte versate il tutto sul pane per bagnarlo in modo uniforme e poi adagiate un uovo a testa.

L'oro rosso, come viene spesso definito questo ingrediente, è presente anche nelle ricette del **pane cotto** e degli [strascinati](#) con la menta, un primo piatto a base di pasta fresca, mollica di pane e peperone crusco spezzettato. Con il nome dialettale *afaranë pësatë* può essere impiegato anche come **aroma in polvere** per dare un tocco in più a carni, legumi, prodotti panificati e anche cioccolato e gelati. Anche nella vicina Calabria, con il nome di *vajanella pisata*, viene consumato fritto o passato velocemente in forno e poi sminuzzato finemente per condire minestre, verdure e uova fritte.