



L'isola d'Icaria presenta una ricchezza di piatti capaci di creare un mosaico gastronomico unico.

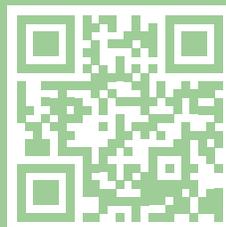
La gastronomia dell'isola è basata sull'allevamento, l'agricoltura e la pesca ma soprattutto è strettamente legata alla storia unica del posto, della comunità e del popolo.

L'unicità dei prodotti locali e di un alto valore nutritivo, correlata dal modo di produzione speciale, possono rilevare i segreti dei sapori, del benessere e della longevità.

Die Insel von Icaria ist reich an Speisen und schafft ein gastronomisches Mosaik, inspiriert von der Tradition.

Die Gastronomie der Insel beruht auf die Viehzucht, Landwirtschaft und Fischerei und ist vor allem eng mit der Geschichte des Ortes, der Gesellschaft und ihrer Menschen verbunden.

Die Einzigartigkeit der lokalen Produkte mit dem hohen Nährwert, in Verbindung zur ihrer besonderen Herstellungsweise, entfalten das Geheimnis des Geschmacks, der Gesundheit und der Langlebigkeit.



dimosikarias.gr

Icaria

Icaria, un mito nell'Egeo! Icaria, ein Mythos in der Ägäis!



Operational Programme
Crete and Aegean Islands
2007-2013



Co-financed by Greece and the European Union



Icaria dei sapori
& della gastronomia
Icaria des Genusses
& der Gastronomie




Icaria
a myth in the Aegean!





ALIMENTAZIONE **ERNÄHRUNG**

VINO **WEIN**

I pesci, la carne e il vino icariota premiato, fanno parte delle prime scelte di ogni visitatore.

La capra selvatica d'Icaria consisté l'alimentazione di base degli abitanti antichi. Anche oggi, si tratta di un piatto molto diffuso. Si deve anche provare la carne delle capre selvatiche e la specialità servita, capra in casseruola con patate o riso. Anche si deve provare "kathoura" il formaggio di capra tipico maturato in salamoia prodotto esclusivamente a Icaria.



Der Fisch, das Fleisch und die preisgekrönte Weine von Ikaria stehen an der ersten Stelle für einen Besucher.

Die wilden Ziegen von Ikaria waren wesentliche Nahrung ihrer Bewohner in der Antike. Auch heute sind sie ein sehr beliebtes Gericht. Man muss unbedingt das Fleisch von wilden Ziegen und seine Spezialität, Ziege mit Kartoffeln oder Reis in den Topf, probieren. Man muss ebenfalls unbedingt "Kathoura", den charakteristischen lokalen Ziegenkäse, der in der Salzlake reift und nirgendwo sonst in Griechenland hergestellt wird, probieren.



L'olio icariota, il miele e i dolci, tutti prodotti locali, consistono delle materie prime del tutto pure della gastronomia insulare. Accompagnano i piatti della cucina locale e sono favorevoli per la nostra salute. Erbe, ben note per il loro profumo inebriante e i loro sapori, possono essere ritrovati ovunque, sulle montagne ma anche sui cortili, le quali vengono spesso usate per le loro proprietà farmaceutiche.

Ortaggi come pomodori, cavoli, cetrioli, peperoni, legumi come fagioli e piselli insieme alla frutta di stagione fanno tutti parte della tavola dei sapori. Si deve parlare anche sulle "kaisia", una varietà di albicocche, la quale poco tempo fa è venuta al mercato di Atene. Ora viene consumata come frutto o dolce solo presso l'isola.

Das Olivenöl von Ikaria, der Honig und die Konfitüre werden alle hier produziert und sind reine Rohstoffe für die Gastronomie der Insel. Sie begleiten die Gerichte der lokalen Küche und wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus. Kräuter, bekannt für ihren berausenden Duft und Geschmack findet man überall, auf den Berge und in den Gärten, und vielen von diesen haben auch medizinische Eigenschaften.

Gemüse wie Tomaten, Kohl, Gurken, Paprika, Hülsenfrüchte wie Bohnen und Saubohnen, zusammen mit den Früchten der Saison, setzten den Geschmackstisch zusammen. Besonders müssen die Kayisi erwähnt werden, eine Aprikosensorte, die sogar auf dem Markt in Athen verkauft wird. Heute werden sie als Obst oder Konfitüre nur auf der Insel konsumiert.



Uno dei caratteristici principali di Icaria è il vino rosso con delle proprietà benefiche, noto anche con il nome "Pramnios oínos" o "Vino di Dioniso". Nato dalla mitologia fu associato al culto di Dioniso, dove secondo sempre il mito nacque a Icaria.

Esistono varie versioni sull'origine del nome "Pramnios oínos". Una di esse, la versione più recente, riporta che il nome deriva da Pramnos, la catena montuosa che divide Icaria e oggi si chiama Etheros, prima coltivata a vigneti.

A Icaria, ben nota per la sua capacità di pesca fin dall'antichità, si può gustare sapori unici e piatti ricchi di orate, saraghi, cerni, totani e fragolini. L'acqua, un elemento alimentare veramente prezioso è ricco a minerali.

Eine der Kennzeichen von Ikaria ist Rotwein mit seinen wohltätigen Eigenschaften, bekannt auch als „Pramneios Oinos“ oder „Wein des Gottes Dionysos“. Der Dionysoskult hat seine Wurzeln in der Mythologie, und anhand der Mythologie wurde Gott Dionysos auf Ikaria geboren.

Es gibt mehrere Versionen über den Ursprung des Namens „Pramneios Oinos“. Einer von ihnen, die Neueste, erwähnt, dass der Name von Pramnos, der Bergkette, stammt, die die Insel Ikaria in der Mitte trennt und heute Atheros genannt wird, auf der in der Vergangenheit die Reben angebaut wurden.

Auf Ikaria, berühmt für ihre Fischerei aus der Antike, können Sie einzigartige Köstlichkeiten und reiche Gerichte mit Meerbrasse, Brasse, Zackenbarsch, Pfeilkalamar und Goldmakrelen probieren. Besonders wertvoller Nährstoffelement ist das Wasser, das reich an Mineralien ist.