L’ABRUZZESE FUORI SEDE SFIDA IL MITO: “GLI ARROSTICINI IL NOSTRO PIATTO PIU’ SOPRAVVALUTATO”

14 Ottobre 2025



TERAMO – “Dopo tanti anni di Abruzzo, avendo visitato 303 comuni su 305, ora posso dirlo: gli arrosticini sono il piatto più sopravvalutato della storia aprutina”.

Con questo messaggio, pubblicato lunedì 13 ottobre sulla sua pagina Facebook, “L’abruzzese fuori sede”, il popolare autore Gino Bucci – martinsicurese, scrittore e comunicatore – ha scatenato una tempesta social dal sapore gastronomico.

Il post ha inevitabilmente acceso dibattito tra orgoglio regionale, ironia e rivendicazione identitaria.

La pagina, seguita da quasi 230mila persone, è da anni un punto di riferimento per gli abruzzesi “fuori sede”, capace di mescolare dialetto, nostalgia e osservazione sociale. Ma questa volta Bucci ha toccato un nervo scoperto: l’arrosticino, simbolo per eccellenza della cucina regionale.

Nel suo lungo post, l’autore racconta un viaggio quasi etnografico in Abruzzo – “parlare in dialetto con i matti del paese, bere con gli avvinazzati al bar, mangiare aggratise dalla signora che sa fare addavere” – per poi elencare 50 piatti che, a suo dire, superano nettamente gli arrosticini: dalla pecora alla callara alle pallotte cace e ove, dalle mazzarelle al timballo teramano, dalle scrippelle ‘mbusse alle virtù, passando per dolci come la pizza dogge, i bocconotti, le sise delle monache e le ferratelle.

“Ormai ho dato tutto, non ho nulla da perdere, che me ne frega a me”, scrive Bucci nel post, che si chiude con la sua firma inconfondibile: “E adesso scangellatemi, ma dovevo dirlo. #staparlato”.

Nelle ore successive, l’autore ha annunciato un aggiornamento, ammettendo con il suo consueto tono ironico:

“Ho dimenticato tante cose, avendo scritto a caso cuscì: mi vengono in mente gli incredibili amaretti marsicani (ricordo specialmente quelli di Ortucchio), e ovviamente pure i Celli pieni. Domani (oggi, ndr) aggiorno e arrivo a 100 piatti, mi sa”.

Il post è diventato in breve un manifesto gastronomico e identitario, capace di rimettere al centro la varietà e profondità della cucina abruzzese, spesso ridotta a un solo simbolo da sagra.

Sui social, come prevedibile, è esploso il confronto: c’è chi grida alla “blasfemia culinaria” e chi lo ringrazia per aver ricordato ricette di famiglia e sapori dimenticati.

Dietro la provocazione, però, c’è un messaggio chiaro: l’Abruzzo non è solo rustelle e fornacelle, ma un mosaico di piatti che raccontano storia, identità e memoria collettiva.

E, come sempre accade quando parla “L’abruzzese fuori sede”, l’Abruzzo — da Rocca di Mezzo a Vasto, da Lanciano a L’Aquila — ha risposto in massa con sorrisi, polemiche e tanta fame.

I 50 PIATTI TIPICI ABRUZZESI PER GINO BUCCI

Esistono non meno di 50 piatti tipici abruzzesi migliori degli arrosticini. Vado ad elencarli:

1) Pecora alla callara/cotturo (la vera pecora). Per i super professionisti, finanche la micischia.
2) Pallotte cace e ove.
3) Pizze e foje.
4) Mazzarelle.
5) Fiadune.
6) Pulende ‘nghe li spundature.
7) Ma pure lu brode per me. Lu brode. Lu brode ‘nghe lu cardone ma non necessariamente.
8} La cipullate.
9) Timballo. Timballo Teramano. Timballo pure di sfoglia. La sagna.
10) Pizze a figlitte (Tufillo).
11) Pizza rentorta.
12) Anellini alla pecorara.
13) Chitarrina con le pallottine.
14) Totere casolane.
15) Maccarune a la mulinare, pasta alla
mugnaia (di La Jece ma non per forza).
16) Sagne appezzate, sagne a pezzi, sagne a lu cutture.
17) Scrippelle ‘mbusse.
18) Le rivotiche/ribatte pure.
19) Sagne e fasciule.
20) Sagne e ceci.
21) Brodetti vari (uastarola top, Giglie sta lá).
22) La fracchiata.
23) Le fregnacce.
24) Vrache di mulo (Palombaro).
25) LA PIZZA DOLCE, dogge, doce.
26) Sise delle monache (Guardiagrele).
27) Pallotte di crapa (Atessa).
28) Sfogliatelle di Lama dei Peligni.
29) Bocconotti di Castel Frentano e di Montorio al Vomano (diversi ma per me alla pari).
30) Caggiunitte/Caviciunitte.
31) Le virtù.
32) Frittelle, pizzonde, crispelle.
33) Pipindune e ove.
34) Capra alla neretese.
35) Tacchino alla canzanese.
36) Pastuccia di Azzinano di Tossicia.
37) Ceppe ai funghi di Civitella del Tronto.
38) Pasta coi pelosi (Ortona).

39) Risotto con zafferano dell’Aquila e dintorni.
40) Ferratelle. Neole. Cancelle. Pizzelle.
41) Nevole di Ortona.
42) Chitarra con il battuto d’anghiù (Martinsicuro).
43) Maltagliati con le voliche (orapi).
44) Pasta allo sparone.
45) Rintrocilo lancianese al sugo di pecora.
46) Amatriciana.
47) Porchetta (Campli, Colledara e Lentella).
48) Cif e Ciaff.
49) Ciabbotto.
50) Patate maritate.
E adesso scangellatemi, ma dovevo dirlo.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli