

# Guida alle [Ricette di Cucina](#)

Con i termini **cucina e cucinare** si intendono gli insiemi delle pratiche e tradizioni tipiche regionali legate alla cottura dei cibi, e più in generale alla preparazione dei cibi e delle bevande.

Queste pratiche sono spesso specifiche di determinate regioni ed aree geografiche, influenzate dagli ingredienti là disponibili e spesso anche dai costumi religiosi.

Anche l'uso degli accessori per consumare i cibi influisce sulla cucina ed i suoi sapori, come l'uso delle bacchette in estremo oriente costringe a preparare cibi ben sminuzzati prima di servirli in tavola.

Con lo sviluppo delle tecniche di conservazione, produzione, trasporto e immagazzinamento dei cibi, oltre all'aumento degli scambi culturali da flussi migratori e turismo, nei paesi più sviluppati si è avuta la diffusione di cucine e ricette etniche, assieme alla cucina tradizionale dei vari paesi, oltre alla vasta ricerca di nuove preparazioni culinarie e preparazioni di cibi con sperimentazioni di famosi chef.

In questo modo la cucina ha rafforzato la valenza culturale ed è stata associata alla gastronomia e all'enologia.

In Italia, come in vari paesi mediterranei, la cucina si è arricchita e variegata nel tempo grazie ai tanti contributi di culture e popoli succeduti, come gli etruschi ed i celti, i greci ed i romani, gli arabi ed i longobardi, gli austriaci, i normanni e gli spagnoli.

Questi contributi gastronomico - culturali, oltre alle varie differenze climatiche e ambientali della penisola italiana ed alla eterogenea storia geopolitica del nostro paese, hanno portato a varietà culinarie regionali molto ben caratterizzate.

Con le dovute eccezioni regionali ma in una visione d'insieme, la cucina italiana mostra tratti distintivi che comprendono elementi considerati "tipici" della **dieta mediterranea**.

Recentemente si è notato nel pubblico un forte interesse per l'enologia e la gastronomia, e per questo vi sono diverse associazioni che si occupano della salvaguardia e della riscoperta di antiche ed ancestrali tradizioni culinarie regionali italiane, come l'Accademia Italiana della Cucina e lo Slow Food.

La cucina italiana è sempre fortemente nota ed apprezzata ovunque nel mondo per la sua qualità e varietà dei suoi piatti e ricette.

## **Le cucine regionali d'Italia**

- Cucina abruzzese
- Cucina calabrese
- Cucina campana
- Cucina napoletana
- Cucina emiliana
- Cucina cesenate
- Cucina parmigiana
- Cucina piacentina
- Cucina romagnola
- Cucina friulana
- Cucina laziale

Cucina romana  
Cucina ligure  
Cucina lombarda  
Cucina comasca  
Cucina marchigiana  
Cucina molisana  
Cucina piemontese  
Cucina pugliese  
Cucina barese  
Cucina cerignolana  
Cucina salentina  
Cucina sarda  
Cucina siciliana  
Cucina toscana  
Cucina tipica di Firenze  
Cucina trentina  
Cucina umbra  
Cucina valdostana  
Cucina veneta  
Cucina veneziana

## **Cucina di altre nazioni**

### **Nord America**

Cucina canadese  
Cucina statunitense  
Cucina messicana

### **Caraibi**

Cucina caraibica  
Cucina haitiana  
Cucina cubana  
Cucina giamaicana

### **Sud America**

Preparazione della manioca in Brasile  
Cucina argentina  
Cucina brasiliana  
Cucina andina

### **Europa**

Cucina austriaca  
Cucina britannica  
Cucina ceca  
Cucina danese  
Cucina estone  
Cucina finlandese

Cucina francese  
Cucina greca  
Cucina italiana  
Cucina maltese  
Cucina polacca  
Cucina rumena  
Cucina russa  
Cucina sammarinese  
Cucina spagnola  
Cucina svedese  
Cucina svizzera  
Cucina tedesca  
Cucina ungherese

### **Africa**

Cucina dell'Angola  
Cucina zanzibari  
Cucina araba  
Cucina egiziana  
Cucina marocchina  
Cucina tunisina

### **Medio Oriente**

Cucina araba  
Cucina libanese  
Cucina palestinese  
Cucina israeliana  
Cucina persiana  
Cucina armena  
Cucina turca

### **Cucina asiatica**

Piatti della cucina cinese  
Cucina cambogiana  
Cucina cinese  
Cucina coreana  
Cucina giapponese  
Cucina indiana  
Cucina del Pakistan  
Cucina indonesiana  
Cucina malese  
Cucina nonya  
Cucina thailandese  
Cucina vietnamita  
Cucina filippina

### **Altri tipi di cucina**

Cucina afrodisiaca  
Cucina crudista  
Cucina macrobiotica  
Cucina vegetariana  
Cucina vegana  
Fast food