

Interreg  
CENTRAL EUROPE



European Union  
European Regional  
Development Fund

SlowFood-CE



WE

TASTE YOUR WAY  
THROUGH VENICE  
WITH **SLOW FOOD**

NICE

# VENICE

EN-----

Venice and its Lagoon became a UNESCO World Heritage Site due to its unique cultural and natural heritage. Venice is one of the international capitals of tourism, and tourism contributes massively to the city's economy. Unfortunately, over the years, tourism in Venice has become a mass phenomenon and is difficult to manage. To deal with this, a renewed, integrated strategy is required to help promote a model of sustainable tourism that can enhance Venice's distinctiveness and authenticity. Experimental tourism based on gastronomic heritage can attract visitors who are more attentive to sustainability and the unique features of the Lagoon, and provide a framework for fully understanding the true value of Venice and its communities.

IT-----

*Il sito Venezia e la sua Laguna è iscritto dal 1987 nella lista del Patrimonio Mondiale UNESCO in virtù dell'unicità del suo patrimonio naturale e culturale. Grazie all'eccezionale identità storica, Venezia è una delle capitali internazionali del turismo, una delle principali risorse economiche della città. Nel corso degli anni però questo si è trasformato un fenomeno di massa e di difficile gestione tanto da richiedere una rinnovata strategia integrata, che si declina nella promozione di un turismo sostenibile. Richiamando visitatori più attenti alla sostenibilità e alle peculiarità della Laguna, la propensione di Venezia per un turismo esperienziale basato sul patrimonio gastronomico rappresenta uno strumento valido per capire a fondo il valore e l'unicità del luogo e della comunità che vi abita.*



**Concept by**

Martina Dotta, Alessia Paschetta

**Editors**

Slow Food

Charles Barstow, Alice Pettenò

*Slowfood-CE City of Venice Team*

Isabella Marangoni, Franca Pullia,  
Federico Corrà

**With the collaboration of**

Serena Alaimo

**Layout and graphics**

Alessia Paschetta

**Photos**

© Press Office - City of Venice,  
Giorgio Bombieri - City of Venice,  
Fabio Furlotti - [fabiofurlottiphoto.com](http://fabiofurlottiphoto.com),  
Federico Corrà, Alessandro Arcuri,  
Donato Riccio, Valter Cortivo, Slow  
Food Archive.

**Printing**

La Stamperia Carrù (Cn, Italy)

my  
infor-  
mation

NAME

-----

SURNAME

-----

PHONE NUMBER

-----

EMAIL

-----

TRAVELING WITH

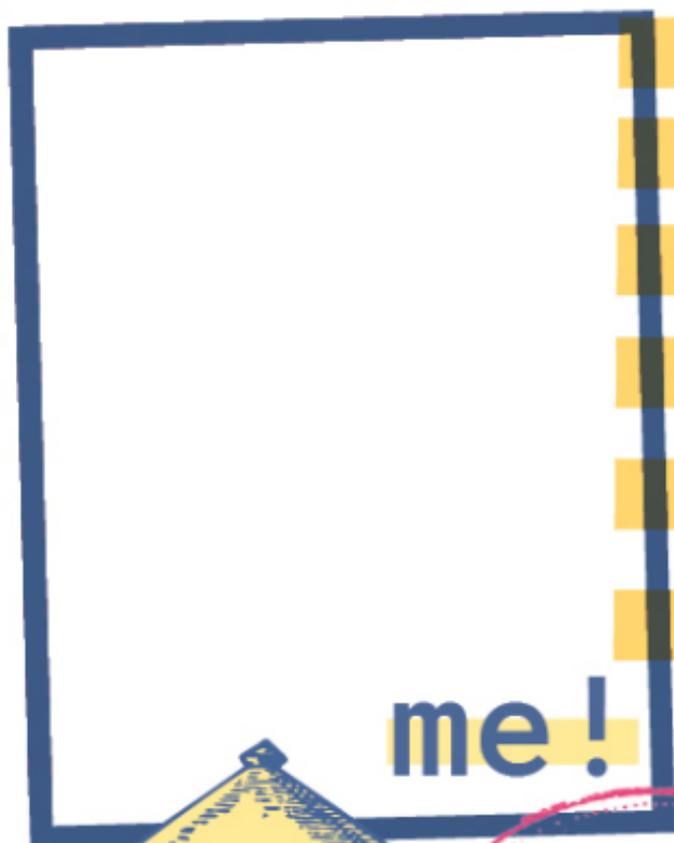
-----

*Bon  
Voyage!*

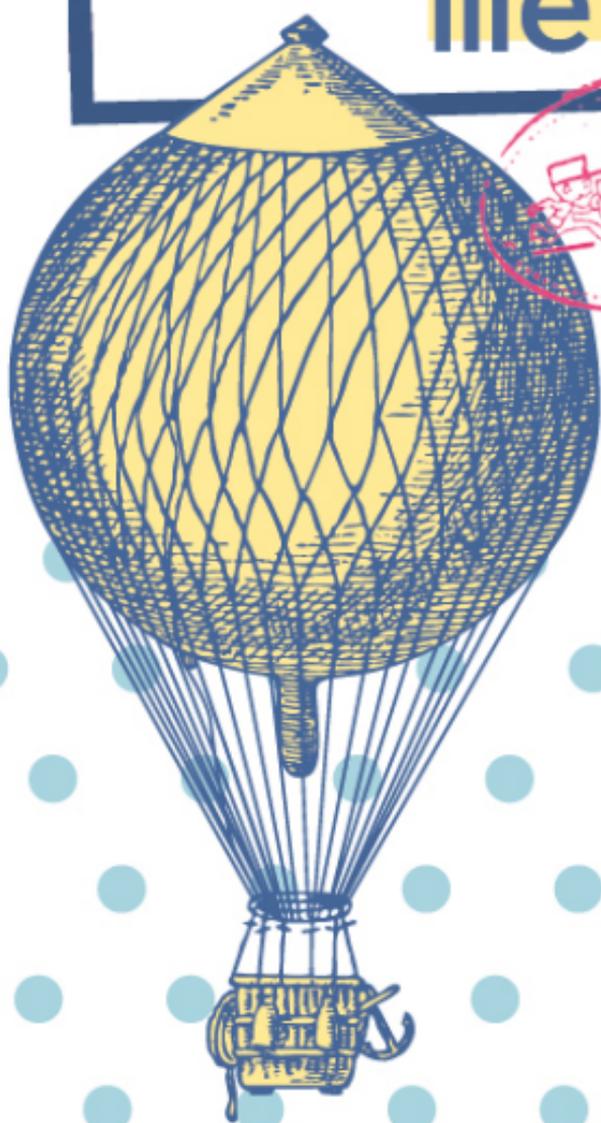




Your picture



me!



# Eat Like a Venetian



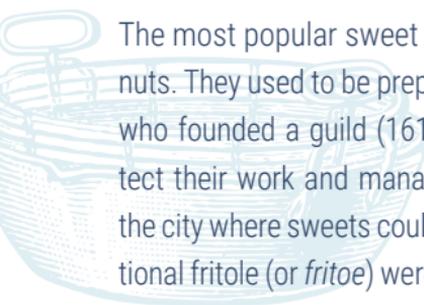
## CARNIVAL: ALL YOU CAN EAT SWEETS!

Carnival in Venice is not only masks and celebrations, but also culinary and confectionery traditions.

The most popular sweet is *fritole*, or donuts. They used to be prepared by *fritoleri*, who founded a guild (1619-1805) to protect their work and manage the areas of the city where sweets could be sold. Traditional fritole (or *fritoe*) were prepared from



A quick tour of Venice's main sights is not enough to fully understand and appreciate this mysterious city. We recommend you to explore many aspects of life in Venice, especially its gastronomy. From festivities to local specialties, here you will find tips on ways to taste the authentic Venice, which is still very much alive.



eggs, flour, sugar, raisins, and pine nuts, and then fried in oil in enormous pans. Today the recipe is almost unchanged and you can find variations with custard or *zabaione*.

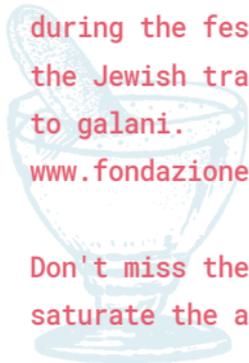
Another must is *galani*, or *crostoli*, as they're known on the mainland: galani are thin, friable, and ribbon shaped, while crostoli are large, thick rectangles. The preparation is very simple: flour, yeast, eggs, salt, and sugar are mixed into a homogeneous mass and then the dough is rolled out thin and cut with a small wheel into pieces that are engraved in the center and fried.



In a local tradition that stretches back centuries, Carnival in Venice is combined with the Jewish holiday of Purim, during which Jews celebrate the saving of their people from the perfidious Haman. In the Venetian Ghetto, it is customary to perform comedies, dance, dress in disguise, and offer sweets during the festivities. Among the various desserts of the Jewish tradition are *recie de Aman*, very similar to galani.

[www.fondazioneSlowFood.com](http://www.fondazioneSlowFood.com)

Don't miss the joy and aromas of fried sweets that saturate the air in Venice during Carnival!



EN-

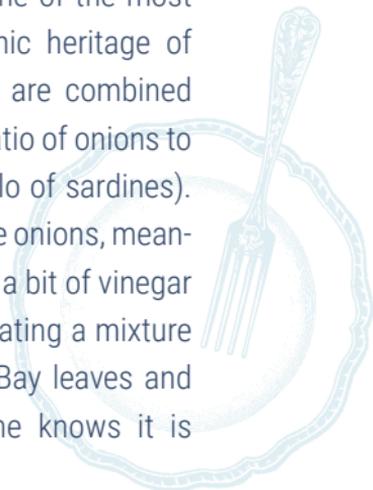
## REDENTORE IN THE KITCHEN

Celebrated every year on the third weekend in July, Redentore is one of the most important festivals for Venetians. Centered on the island of Giudecca, it celebrates the end of the terrible plague of the 16th century. On Saturday, everyone prepares for the celebration: there are colorful decorations, lanterns, and, most importantly, large tables set along the banks of the Giudecca island overlooking the San Marco Basin where people watch the fireworks. During the evening you can taste the best of Venetian cuisine:



### **Sarde in saor**

A few simple ingredients give life to one of the most fundamental dishes in the gastronomic heritage of Venice: sardines, onions, and vinegar are combined with great skill, strictly respecting the ratio of onions to sardines (2 kilos of onions for every kilo of sardines). The sardines are fried in plenty of oil; the onions, meanwhile, are cooked slowly in oil and then a bit of vinegar is added and allowed to evaporate, creating a mixture that will flavor and preserve the fish. Bay leaves and grains of pepper are added. Everyone knows it is



recommended to wait a few days before serving, as the sardines must be well seasoned.

### ***Bigoi in salsa***

*Bigoi* are a kind of fresh pasta prepared with durum wheat and very little water. A press called a *bigolaro* is used to turn the dough into long, thick strands. Because of their slightly rough consistency, *bigoi* hold sauce very well. The *salsa* that traditionally accompanies the *bigoi* is very simple: white onions and sardines in salt. The secret is to stew the onion so that it melts and blends with the sardines, creating a sort of cream. This dish is excellent hot or at room temperature, and is enjoyed on boats waiting for the Redentore fires.



### ***Anara col pien***

This is a dish for special occasions, especially Redentore. A duck is stuffed with a tasty filling made from chicken livers, offal, *soppressa* (a Venetian sausage), and sometimes also pine nuts and amaretti. The most traditional trattorias bring it to the table along with the other typical dishes of Redentore.





Don't miss  
the chance  
to experience  
Redentore,  
one of Venice's  
most joyous  
and convivial  
moments.

July arrives  
before you know  
it, so book  
your trip and  
get ready for  
an exciting  
gastronomic  
evening!

### ***Bovoeti***

*Bovoeti* (sea snails) are the perfect aperitif to share with friends on the Saturday of Redentore. Before cooking, they should be soaked in salted water for at least a couple of hours, rinsed in warm water and vinegar, and left to cool in cold water. They are seasoned with chopped garlic and parsley, salt, pepper, and extra virgin olive oil. Extract the snails with a toothpick... or just suck them noisily from the shell!

-----

## MADONNA DELLA SALUTE

On November 21st, Venice celebrates the Feast of Madonna della Salute to commemorate the end of the plague of 1631. During the plague, the Venetians built the majestic Basilica of Saint Mary of Health. The symbolic dish of this festival is called *castradina* and it is not to be missed. Castradina is an homage to the Dalmatian sailors who supplied Venice with food during the plague. The word "castradina" refers to the salted mutton that is used to make a tasty soup with savoy cabbage, onion and wine. The long preparation involves boiling the meat three times to remove the salt and make it extremely tender. The soup is served very hot with cinnamon and pepper.

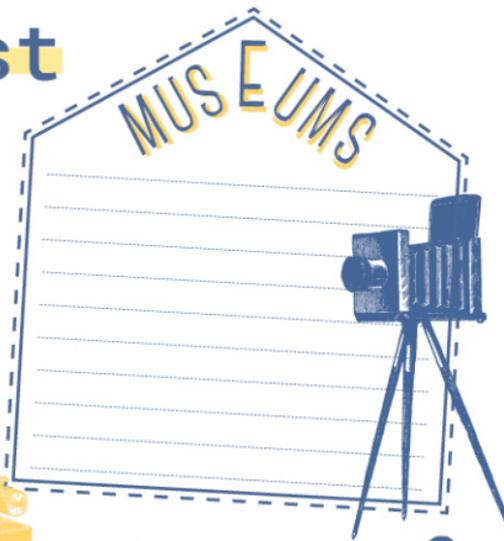
-----  
**Most local  
 restaurants  
 still serve this  
 traditional  
 delicacy. Are you  
 in Venice for the  
 Feast of Madonna  
 della Salute?  
 Book a table now!**  
 -----



# To do list



MUSIC  
PLAYLIST



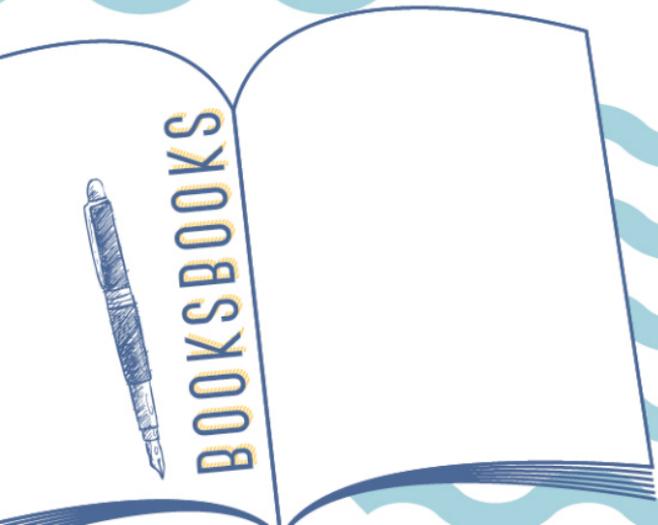
MUSEUMS



KM RUN



TOP TEN  
MOMENTS



BOOKSBOOKS

# Best of food



BREAKFAST



A large rectangular area with a dashed yellow border and horizontal blue lines for writing.

APERITIVI



A circular area with a dotted blue border and horizontal yellow lines for writing.



BEST  
PLATES



A vertical rectangular area with a blue border and horizontal yellow lines for writing.

-STREETFOOD-



A rectangular area with a blue border and horizontal blue lines for writing.

strange  
THINGS

A large area with a blue border and horizontal blue lines for writing.

## THE RIALTO MARKET

You can't visit Venice without spending a morning among the stalls of the Rialto Market, the heart of Venetian gastronomy. Historically, this area was the site of international exchanges and a meeting place for vendors of fruit, fish, vegetables, spices, and more, and it remains a bustling market to this day. Here you can find products from around the Lagoon, the fundamental elements of local cuisine essential for preparing typical Venetian dishes.



-----  
**Under the imposing Logge della Pescaria there is a fish market where you can buy seafood from all over the Adriatic, and above all from the Lagoon.**  
-----



## **Gò and bisato**

Known locally as *gò*, the grass goby is a humble fish with very soft flesh. An excellent risotto is prepared using *gò* broth as the base. This special broth is filtered through cheesecloth before being used to cook the rice. Like any good risotto, this recipe requires patience, as the rice must be cooked slowly and stirred continuously in order to achieve the right consistency.



Another delight of the lagoon is the eel called *bisato*. *Brodetto de bisato* is a traditional fishers' food that was prepared on the boat to keep the fishers sated and warm through the night. The eel is browned and then laid in the pan in a spiral and sautéed with garlic, oil, salt, pepper, and bay leaves. During the cooking, vinegar and tomato sauce are added. *Bisato su l'ara* is a specialty from the island of Murano: Pieces of eel are placed on bay leaves in a copper or terracotta skillet, seasoned with salt, pepper, garlic, oil, and a squeeze of lemon, and then covered with another layer of bay leaves. The *ara* for which this dish is named is a stone or fire clay disc on which hot glass vessels are placed to temper. In the past, the Murano glassmakers used an *ara* as a cooking surface.

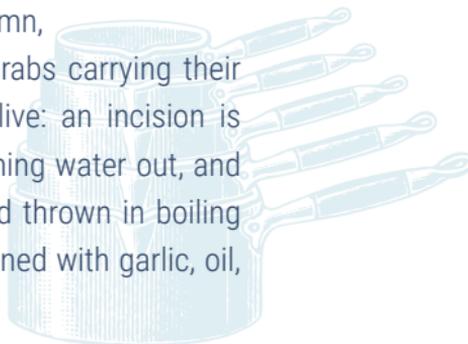




### ***Moeche* and *masanete***

Soft-shell crabs, or *moeche*, are a prized delicacy of the Venetian Lagoon. Expert fishers know just when to select the crabs during the short periods in which they molt, once in the spring and again in autumn. Also during autumn, fishers collect *masanete*, female crabs carrying their eggs. *Moeche* must be cooked alive: an incision is made on the back to let the remaining water out, and then they are dusted with flour and thrown in boiling oil. *Masanete* are boiled and seasoned with garlic, oil, and parsley.

-----  
 Next to the Fish Market, overlooking the Grand Canal, there is the Erbaria, where the fruit and vegetable market takes place. Many of the products here comes from the island of Sant'Erasmus, otherwise known as *l'orto di Venezia* ("the garden of Venice").  
 -----

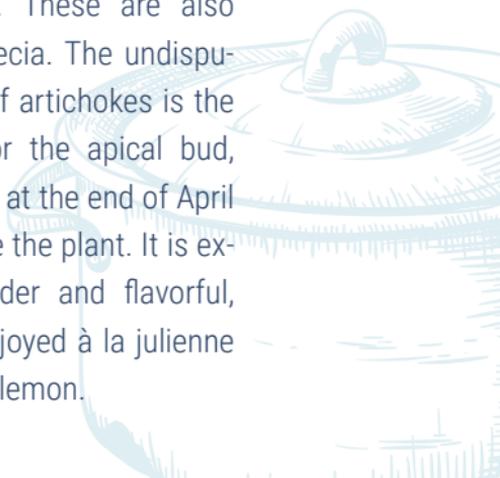


## **Articiochi and castraure**

Artichokes have adapted well to the salty soils of the lagoon, especially on the islands of Sant'Erasmus and Le Vignole. A Slow Food Presidium was created to protect and promote the Sant'Erasmus Violet Artichoke. This variety is tender, fleshy, thorny, and elongated, and has purple bracts. The *articiochi*, as they are known locally, are prepared *ala grega* (cut into wedges, browned, cooked with plenty of water, and then served cold with lemon juice) or *in tecia* ("in a pan"), either with garlic and parsley, or fried. You can also find the *fondi* (bottoms) of the artichokes, which greengrocers keep in basins of slightly



acidic water (so that they don't oxidize) rather than throwing them away. These are also cooked in *tecia*. The undisputed queen of artichokes is the *castraure*, or the apical bud, which is cut at the end of April to invigorate the plant. It is extremely tender and flavorful, and best enjoyed *à la julienne* with oil and lemon.





# VENICE



ITALY

VENICE

ROME

MURANO

SANT'ERASMO

CANNAREGIO

LE VIGNOLE

SANTA CROCE

DORSODURO

SAN MARCO

CASTELLO

4

GIUDECCA

1

2

3

5



# LEGEND

- 1 Ghetto ebraico
- 2 Mercato di Rialto
- 3 Basilica di Santa Maria della Salute
- 4 Chiesa del SS Redentore
- 5 Sant'Erasmus



# Pack your bags

*Clothing*

-----

-----

-----

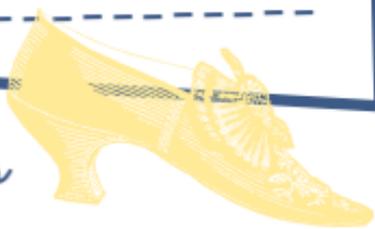
-----

-----

-----

-----

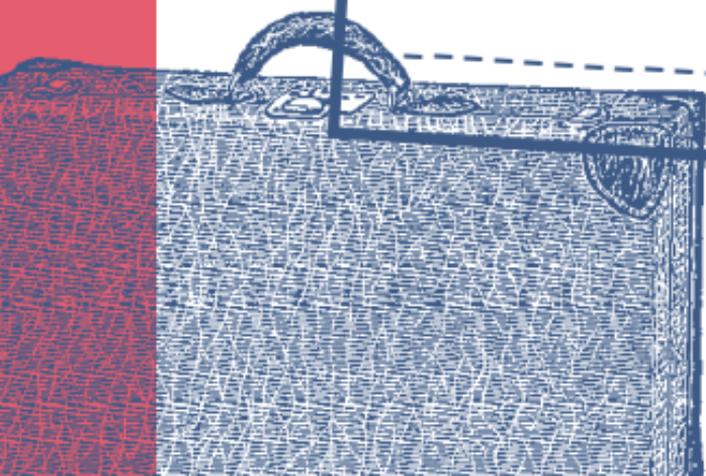
*Shoes*



-----

-----

-----



Beauty/toiletries/health

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Tech

---

---

---

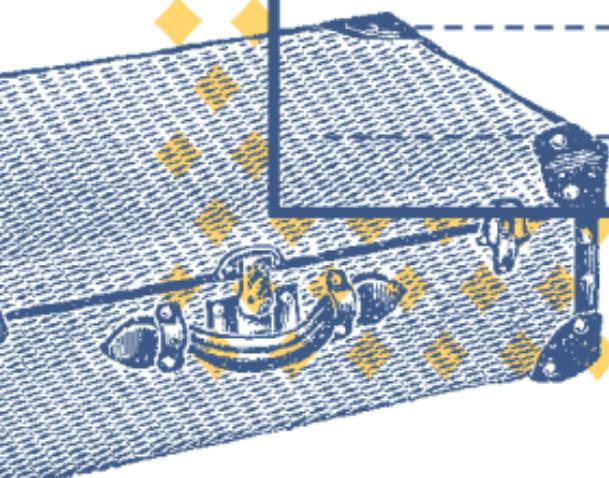
Other

---

---

---

---



# Mangia come un veneziano



## A CARNEVALE, OGNI DOLCE VALE!

Il Carnevale a Venezia non è solo maschere e festeggiamenti ma anche tradizione culinaria e dolciaria.

Il dolce più popolare sono le *fritole*, le frittelle, che un tempo erano preparate dai *fritoleri* che, dal 1619 al 1805, si riunivano in una corporazione a tutela del loro lavoro e per gestire le zone della città in cui poterle vendere. Gli ingredienti originari erano: uova, farina, zucchero, uvetta e pinoli che una volta impastati si friggevano dentro a

-----  
Visitare Venezia non è sufficiente per comprendere al meglio questa misteriosa città. Ti consigliamo di viverla in ogni suo aspetto, soprattutto quello gastronomico.

Dalle festività fino al suo cuore gastronomico, qui troverete alcuni consigli per assaggiare una Venezia ancora viva e vegeta.

-----

IT-

enormi padelle. Oggi la ricetta è pressoché invariata e si trovano alcune varianti alla crema o allo zabaione.



Poi ci sono i *galani*, chiamati così nel solo centro storico mentre in terraferma sono conosciuti come *crostoli*. La differenza sta nello spessore e nella forma della pasta: i primi sono sottili, friabili e la forma richiama quella dei nastri. I secondi invece sono grossi rettangoli di pasta spessa e meno friabile. La preparazione è semplice: bisogna lavorare farina, lievito, uova, sale e zucchero fino a ottenere un impasto omogeneo. La pasta va stesa in una sfoglia, tagliata con la rotellina, incisa nel centro e frita.



Una tradizione molto lunga accosta il Carnevale alla festa ebraica di Purim, una festa di origine storica con la quale gli ebrei celebrano la loro salvezza dal perfido Amman. Nel ghetto è usanza recitare commedie, ballare, mascherarsi e offrire dolci durante questa ricorrenza. Tra i dolci della tradizione ebraica, si possono gustare le *recie de Aman*, molto simili ai galani.

[www.fondazioneSlowFood.com](http://www.fondazioneSlowFood.com)

Non perdetevi Venezia con l'aria diversa, di festa, di allegria e di dolci fritti tipica del Carnevale!

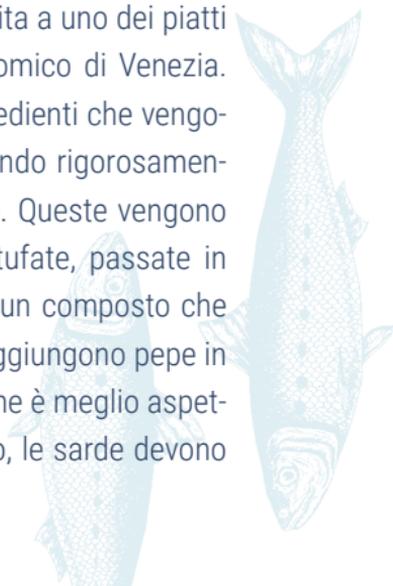
## LA FESTA DEL REDENTORE IN CUCINA

Celebrata ogni anno nel terzo fine settimana di luglio, il Redentore è una delle feste più popolari e sentite dai veneziani che ricorda la fine della peste del XVI secolo. La festa coinvolge l'isola della Giudecca. Il sabato tutti si preparano: addobbi colorati, lanterne e grandi tavoli imbanditi lungo le rive dell'isola della Giudecca affacciate sul Bacino di San Marco per assistere ai fuochi d'artificio. Durante la serata si può assaggiare il meglio della cucina veneziana.



### Sarde in saor

Pochi e semplici ingredienti danno vita a uno dei piatti più radicati nel patrimonio gastronomico di Venezia. Sarde, cipolle ed aceto sono gli ingredienti che vengono usati con grande abilità, rispettando rigorosamente la proporzione tra cipolle e sarde. Queste vengono fritte nell'olio, le cipolle vengono stufate, passate in olio e sfumate con l'aceto creando un composto che insaporisca e conservi il pesce. Si aggiungono pepe in grani e foglie di alloro. Tutti sanno che è meglio aspettare qualche giorno prima di servirlo, le sarde devono insaporirsi bene...



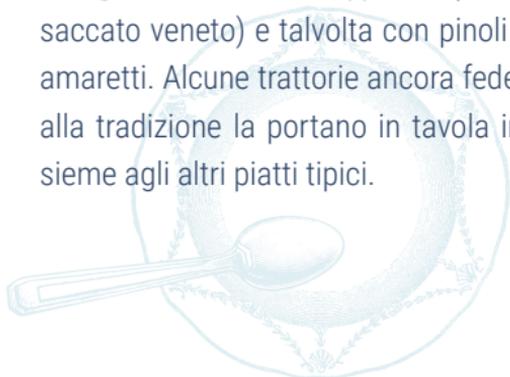
## **Bigoi in salsa**

Sono una pasta fresca preparata con grano duro e pochissima acqua. Per ottenerli si usa un torchio chiamato *bigolaro*. Dalla consistenza ruvida e compatta, consentono di trattenere meglio il sugo. La salsa è molto povera: cipolle bianche e sarde sotto sale. Il segreto è far stufare la cipolla, amalgamando le sarde, affinché appassisca così da ottenere una crema. Ottimi caldi ma anche a temperatura ambiente, come si gustano sulle barche in attesa dei fuochi del Redentore.



## **Anara col pien**

Una pietanza delle grandi occasioni che a Venezia si usava gustare durante la festa del Redentore. L'anatra viene farcita con un saporito ripieno a base di fegatini, interiora e *soppressa* (un insaccato veneto) e talvolta con pinoli e amaretti. Alcune trattorie ancora fedeli alla tradizione la portano in tavola insieme agli altri piatti tipici.





### ***Bovoeti***

I *bovoeti* (lumachine di mare) sono l'aperitivo perfetto da condividere con gli amici il sabato del Redentore. Prima di cucinarli vanno fatti spurgare con acqua e sale per almeno un paio di ore. Dopodiché si lavano con acqua tiepida e aceto e si lasciano in acqua fredda a raffreddare. Si condiscono con aglio e prezzemolo tritati, sale, pepe ed olio extravergine. Per mangiarli potete armarvi di stuzzicadenti oppure... succhiare ruminosamente!



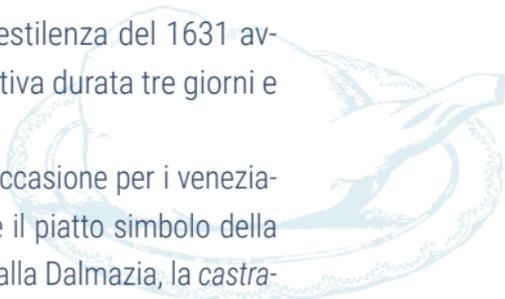
-----  
Non perdetevi questa possibilità di vivere uno dei momenti più spontanei e conviviali che la città possa offrire. Luglio arriva presto, prenotate e preparatevi a una serata **gastronomicamente impegnativa!**

-----

## LA FESTA DELLA MADONNA DELLA SALUTE

Ogni 21 novembre ricorre la Festa della Madonna della Salute. Si celebra la fine della pestilenza del 1631 avvenuta dopo una processione votiva durata tre giorni e tre notti attorno a San Marco.

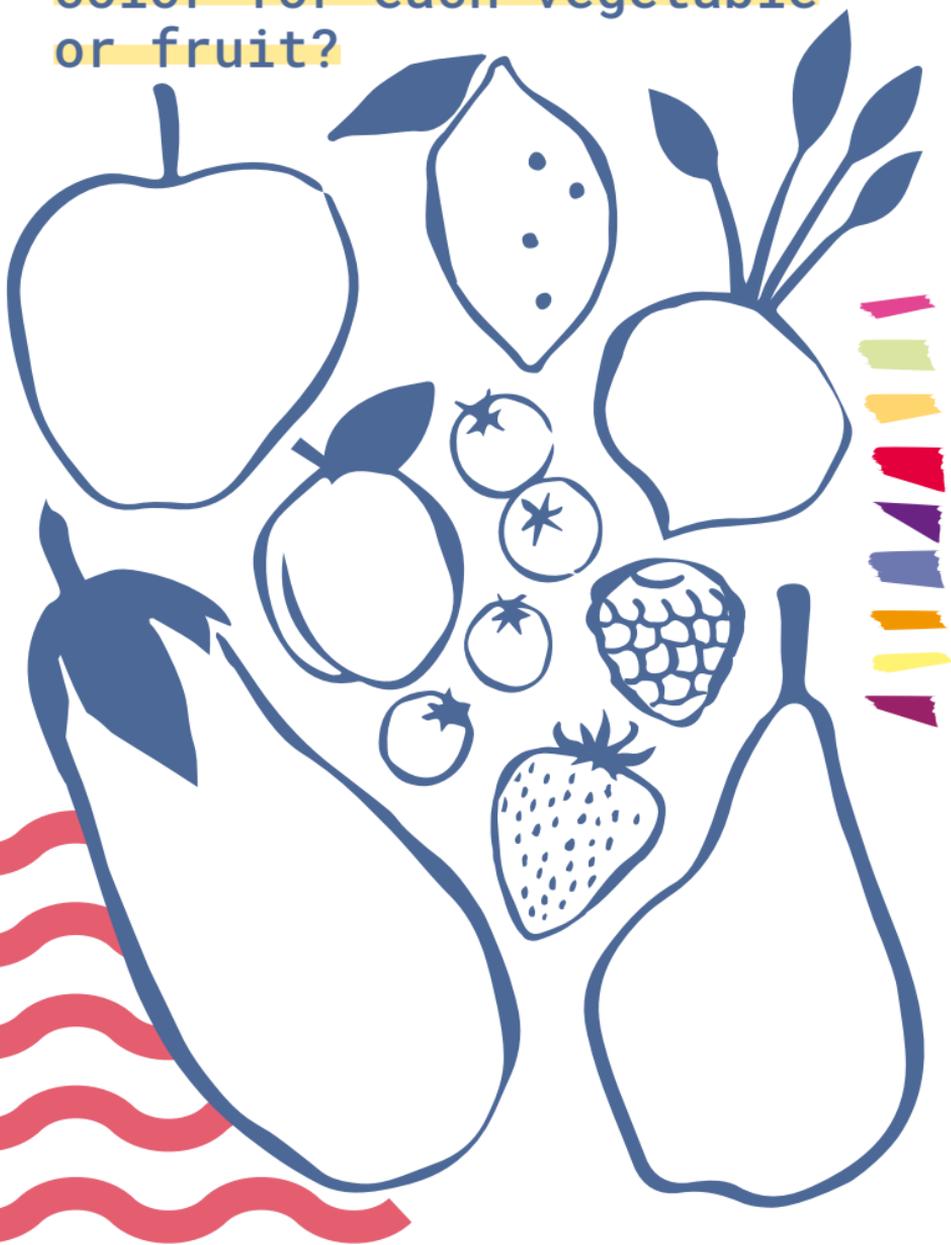
Anche questo momento diventa occasione per i veneziani di ritrovarsi e non può mancare il piatto simbolo della Festa: la *castradina*. Proveniente dalla Dalmazia, la *castradina* è un omaggio ai marinai dalmati, gli unici che rifornirono Venezia di cibo durante la pestilenza. Con *castradina* si intende la carne di montone castrato salata che viene usata nella preparazione della gustosa zuppa a cui si aggiungono foglie di verza, cipolla e vino. La preparazione è molto lunga: la carne viene fatta bollire per tre volte in tre giorni fino a sfaldarsi, cambiando spesso acqua per eliminare il sale. Si serve molto calda, con il brodo e l'aggiunta di cannella e pepe.



-----  
**Ancora oggi in tutti i luoghi di ristoro si può gustare questo piatto della tradizione. Siete a Venezia in questo periodo? Prenotate subito un tavolo!**  
 -----



Can you pick the right color for each vegetable or fruit?



Make a drawing  
of your favorite  
thing from your trip



Take a picture of your drawing and  
send it to [international@slowfood.it](mailto:international@slowfood.it)

IT-

## MERCATO DI RIALTO

Non si può dire di aver visitato Venezia senza aver trascorso una mattinata tra i banchi del Mercato di Rialto, il cuore della gastronomia veneziana. Storicamente sede di scambi internazionali e luogo di incontro di venditori di ogni genere (frutta, pesce, ortaggi, spezie, ecc.), oggi mantiene la sua vocazione commerciale. Qui si possono trovare i prodotti migliori della Laguna, elementi fondamentali della cucina locale e indispensabili per preparare piatti tipici veneziani.



-----  
**Sotto alle imponenti Logge della Pescaria si svolge il mercato ittico dove è possibile comprare il pesce dell'Adriatico ma soprattutto quello nostrano.**  
-----



IT-

## **Gò e bisati**

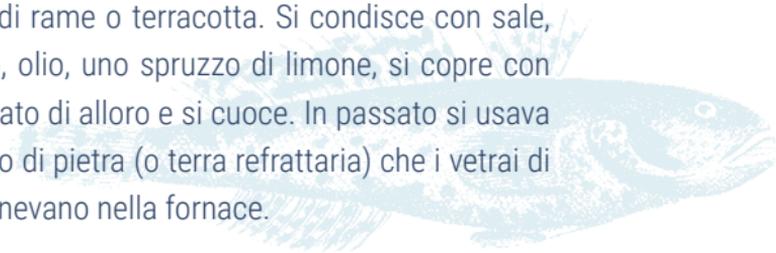
Gò in veneziano, il ghiozzo è un pesce tipico della laguna. Si tratta di un pesce "umile", spinoso ma dalle carni morbissime. Si prepara un ottimo risotto la cui lavorazione richiede pazienza e capacità. Si prepara un brodo di gò, si filtra usando una garza, al brodo si aggiunge il riso e si procede mantecandolo al salto.



Un'altra delizia della laguna è il *bisato*, l'anguilla. Il *brodetto de bisato* è un piatto tradizionale dei pescatori che si preparava in barca per saziare e scaldare lo stomaco di notte. L'anguilla viene rosolata e poi disposta a spirale in un soffritto di aglio, olio, sale e pepe, alloro. Durante la cottura si aggiunge dell'aceto unito alla salsa di pomodoro. Il *bisato*



*su l'ara* invece è una specialità di Murano: pezzi d'anguilla vengono messi sulle foglie di alloro dentro ad una teglia di rame o terracotta. Si condisce con sale, pepe, aglio, olio, uno spruzzo di limone, si copre con un altro strato di alloro e si cuoce. In passato si usava *l'ara*, il disco di pietra (o terra refrattaria) che i vetrai di Murano ponevano nella fornace.

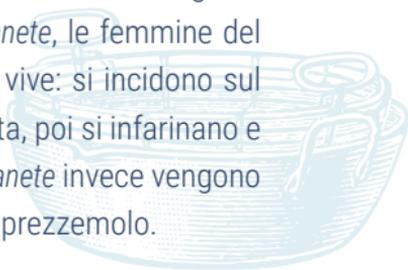




### ***Moeche e masanete***

I pescatori selezionano i granchi in fase di muta, quando perdono il vecchio carapace prima di formare quello nuovo. Un lasso di tempo breve in cui diventano *moeche* e vengono raccolte da mani esperte. È un'attività stagionale che ha le sue punte nel periodo primaverile e in autunno. In quest'ultima stagione è possibile anche trovare le *masanete*, le femmine del granchio. Le *moeche* vanno cotte vive: si incidono sul dorso per far uscire l'acqua rimasta, poi si infarinano e friggono nell'olio bollente. Le *masanete* invece vengono lessate e condite con aglio, olio e prezzemolo.

-----  
 Adiacente alla  
 Pescheria e  
 affacciata al  
 Canal Grande si  
 trova l'*Erbaria*,  
 il mercato  
 ortofrutticolo.  
 Molti dei  
 prodotti che  
 si possono  
 trovare arrivano  
 dall'isola di  
 Sant'Erasmo da  
 tutti conosciuta  
 come l'orto  
 di Venezia.





### ***Articiochi e castraure***

I carciofi si sono ben adattati ai terreni salmastri della laguna, soprattutto a Sant’Erasmus e alle Vignole. Per preservare e valorizzare questa varietà si è creato un Presidio Slow Food.

Il carciofo violetto è tenero, carnoso, spinoso e allungato con delle brattee color viola. Gli *articiochi* si preparano *ala grega* ovvero tagliati a spicchi, rosolati e cotti con molta acqua e serviti freddi con succo di limone. Oppure *in tecia* (in padella) con aglio e prezzemolo oppure fritti. Venduti dai fruttivendoli in bacinelle d’acqua acidulata si possono trovare i *fondi* del carciofo da cucinare *in tecia*. Regina indiscussa è la *castraure*, il germoglio apicale che a fine aprile viene reciso per invigorire la pianta. Talmente tenero, che si mangiano alla julienne con di olio e limone.





# Color key



Amazing day! ☀️



I feel love ❤️



Regular 🌱



Hmmmmm ☁️



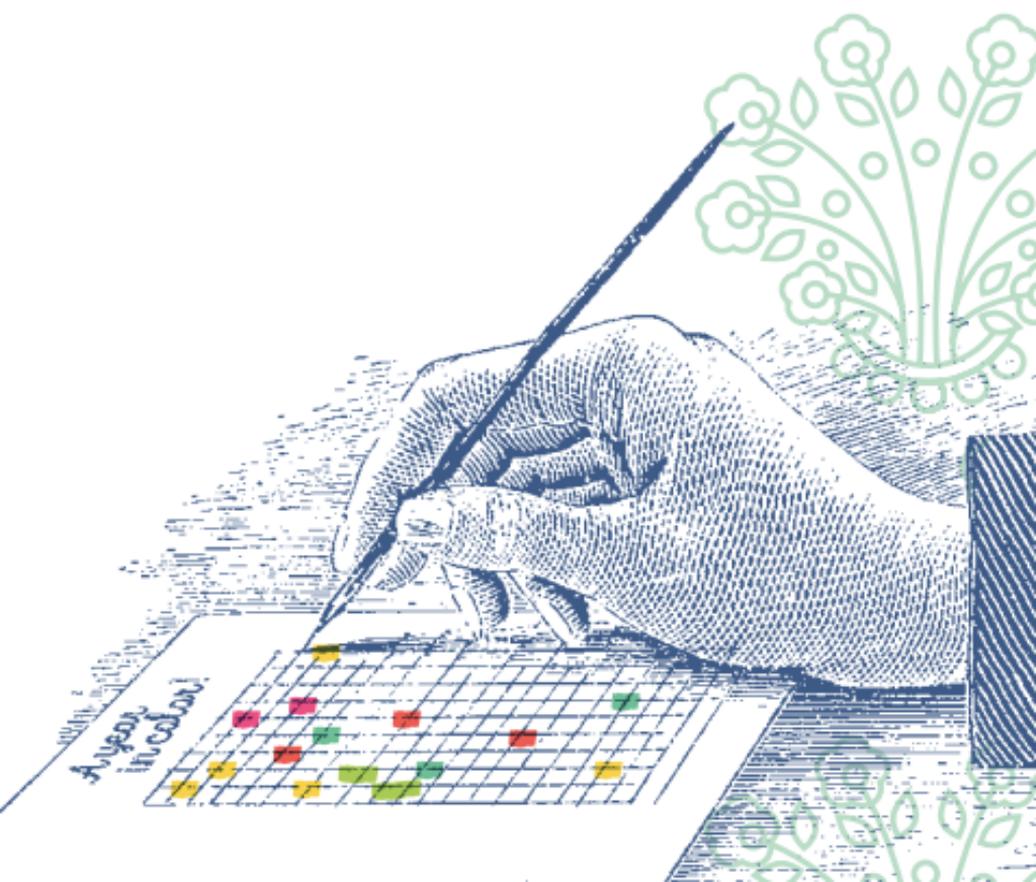
Not so well ☁️🌧️



Bad day ☁️🌧️



Apocalypse now! ⚡️











lunch

dinner

DELICIOUS

TO BUY

BEST EVER!

HATE THIS

LOVE THIS

TO DO

SHOPPING



HATE THIS



WOW!



LOVE THIS

TO DO



AMAZING



WOW!



AMAZING



## SlowFood-CE

Slow Food-CE is a transnational cooperation project that seeks to improve the capacities of local, public and private actors in order to safeguard and give value to their gastronomic cultural heritage as part of a vision that integrates economic, environmental and social sustainability.

The project intends to create a transferable model that can give traditional foods their true value, through knowledge of their producers, plant varieties, animal breeds, traditional processing techniques, folklore, cultural landscape, and enhance the common food heritage of Central Europe, leading to a new alliance between five cities: Venice, Dubrovnik, Brno, Kecskemét and Krakow.



# Interreg

## CENTRAL EUROPE



European Union  
European Regional  
Development Fund

# SlowFood-CE

  
Slow Food®



 University of Gastronomic Sciences  
Università degli Studi  
di Scienze Gastronomiche

 DURA  
Duhrovska razvojna agencija  
Duhrovnik Development Agency



Tourist Authority  
**south moravia**

  
Slow Food® Brno



  
Slow Food® Kiskunsag

 **Kraków**

---

This publication has been produced with the assistance of the European Union. The contents of this publication are the sole responsibility of the author and can in no way be taken to reflect the views of the European Union.