

Food & Agroalimentare - *Non solo cacio e pepe: come rinfrescarsi con i piatti della tradizione romana a "Chilometro Buono"*

Roma - 23 giu 2026 (Prima Notizia 24) **Roma affronta un'ondata di afa, spingendo turisti e cittadini a cercare refrigerio e cibo fresco. L'osteria Il Bocconcino offre un menu estivo stagionale, valorizzando ingredienti locali e leggeri, mantenendo viva la tradizione culinaria romana.**

Roma, come molte altre città, in questi giorni è colpita da un'ondata di afa e temperature torride. Turisti e cittadini si ingegnano per trovare un po' di refrigerio ovunque, in musei o negozi con aria condizionata, nei grandi parchi all'ombra di qualche albero, ma, soprattutto, a tavola. Perché con le temperature alte è necessario che cambi anche l'alimentazione. C'è un modo semplice per capire se un'osteria romana è autentica e attenta al cliente o no: tornarci a luglio. Se il menu è lo stesso di gennaio, la risposta è già arrivata. Da Il Bocconcino, a pochi passi dal Colosseo, la carta d'estate è un'altra carta — perché segue la stagionalità dei prodotti e le necessità dei commensali. È il principio del "menu-calendario", che Giancarlo Pragliola — l'ex farmacista che ha scelto di recuperare la cucina romana invece di assecondare il turismo della zona — riassume così: "Se gli asparagi sono di stagione, li trovi protagonisti; se è il momento delle puntarelle, sono loro a dettare il menu". L'estate, semplicemente, detta altri ingredienti. Sul fronte freddo arrivano la caprese con bufala campana, pomodoro cuore di bue e olio al basilico e la burrata di Putignano con tartare di pomodoro e basilico: materie prime che vivono o muoiono sulla qualità del fornitore, e che qui arrivano da piccoli produttori indipendenti scelti con il criterio del "Chilometro Buono" — non la prossimità geografica fine a se stessa, ma la qualità artigianale come bussola. Anche i grandi classici si fanno più leggeri. Il tonnarello cacio e pepe alla "Bocconcino" con buccia di limone e pistacchi alleggerisce con l'agrume uno dei piatti più pesanti della tradizione. Il versante di mare propone il polpo in umido con crema di patate allo zafferano e la terrina di baccalà con olive taggiasche. Per chiudere, le pere alla menta con crema all'inglese e scaglie di cioccolato, e — questa resta tutto l'anno, perché è una bandiera — la crostata ebraica di ricotta e visciole, omaggio a quella tradizione giudaico-romanesca che è patrimonio identitario della città e che pochi menù contemporanei ancora raccontano. Dietro ogni piatto, gli stessi fornitori che definiscono la filosofia del locale: il guanciale amatriciano stagionato di Anselmi, il Pecorino Deroma, il prosciutto di Bassiano, una carta dei vini laziali costruita con Trimani. E la stessa formula a tutto tondo: Il Bocconcino apre la mattina e arriva alla sera, presidiando Via Ostilia dalla colazione alla cena con la stessa coerenza che guida la cucina. In sala, Giancarlo c'è. Si siede, se può. Parla — non sempre di cucina. È di quei ristoratori che sanno che il cibo è il pretesto, non il fine. E che d'estate, quando Roma si svuota e si riempie di visitatori, vale ancora di più ricordare che la

cucina romana vera non è in vacanza: è esattamente qui.

(Prima Notizia 24) Martedì 23 Giugno 2026

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
E-mail: redazione@primanotizia24.it