

## ROMA SUD

### SORGENTE DI CARANO APRILIA (LT)

Via Rosselli 5 (località Campoverde)  
© 06 92903249

Una pausa dalla pesca domenicale, uno spuntino da gustare in attesa delle trote, nasce così 40 anni fa questo ristorante che ancora oggi vi delizia con una cucina come quella di una volta: gnocchi con salsiccia e porcini, pappardelle al ragù di cinghiale, fettuccine con gamberi, vongole, pachino e carciofi, spezzatino di carne di bufala, ossobuco ma anche trota frita con salsa al limone.

Per chiudere in dolcezza mousse di cioccolato bianco e noci.

### MINGONE - ARPINO (FR)

Via Nenni 96 (località Carnello)  
© 0776 869140 www.mingone.it

Terra, mare e soprattutto acqua dolce. C'è tutto nel menù di questa locanda di una volta che ha il fiume Fibreno che scorre in giardino e che fa parte della storia di questo paese. A tavola: gli spaghetti alla trota, i tonnellari ai gamberi di fiume, le pappardelle allo storione, non mancano le proposte di mare e di carne tra cui i rigatoni alla "Mingone" e l'agnello croccante. Tradizionali e gustosi i dessert rigorosamente casalinghi.

### FUNGO GROTTAFERRATA (RM)

Via Anagnina 123 - © 069458483  
Recente cambio di gestione per questo evergreen dei castelli Romani soprattutto per la carne (ottima) cotta sulla brace a vista e nel periodo giusto per i funghi porcini. Antipasto all'italiana, tagliatelle ai funghi porcini pachino e scaglie di pecorino, ricciarelli fiori di zucca, guangiale e parmigiano, la carne è il punto di forza per i secondi, il servizio attento e cordiale. Per finire ci sono ciambelline al vino da pucciare in una romanella dei Castelli. Tavoli all'aperto.

### BRUNO E ADRIANA MONTE PORZIO CATONE

Via Duca degli Abruzzi 80  
© 06.9449132

Tanti anni fa nacque come fraschetta, poi si trasformò in osteria. Oggi alla 3ª generazione è una trattoria familiare e accogliente, nei piatti si trovano i sapori di una volta. Bruschette con guanciale, spiedini di mozzarella affumicate e affettati misti. Poi i classici: bucatini all'amatriciana, mezze maniche alla carbonara e tagliatelle ai funghi porcini. I secondi vengono dalla brace: bisticche, tagliate e abbacchio, una specialità.

### TOPOLINO - MOROLO (FR)

Via Cerquotti 26 © 0775 229012  
Bellissimo ristorante con un ottimo rapporto qualità - prezzo. Servizio cordiale nelle ampie sale dove gustare paccheri con pachino, basilico e cacio di Morolo, "frascatelli" con salsiccia e cipolla, maltagliati ai porcini, polenta con le spuntature, capretto al forno, abbacchio, pollo alla cacciatore e spezzatino al tegame con patate in umido. Finale Felix con le crostate e le ciambelline di mamma Angelina.  
Ampio parcheggio.

## ROMA NORD

### OSTERIA DELLA FORCHETTA

Via Faà di Bruno 63 © 06 3725753  
www.osteriadellaforchetta.it  
Arredamento Art Decò e atmosfera salottiera della Prati di inizio novecento. In cucina aromi mediterranei: il carpaccio di zucchine, zenzero, rucola e grana, le mezze maniche con le cozze, pecorino e basilico e le fettucelle al ragù di anatra all'arancia. Il pesce la fa da padrone: polipetti affogati, filetti di spigola agli agrumi. Gli amanti della carne non resteranno delusi: tagliate, saltinbocca, guanciale di vitella etc... Dolci fatti in casa: creme caramel all'arancia, strudel di mele e l'intramontabile salame di cioccolato.

## ROMA CENTRO

### FAGIOLO MAGICO

Via Angelo Brunetti 10 © 06 3219302  
www.ilfagiolomagico.com  
Inaugurato nel novembre 2008, questo bel ristorante propone classica cucina mediterranea a qualsiasi ora del giorno con orario non stop. Piatti del giorno con ingredienti freschi e genuini: prosciutto e bufala Campana, paste fresche come tagliatelle, gnocchi di patate o ravioli di ricotta e spinaci conditi con sughi semplici come quello al pomodoro fresco e basilico. Buona la carne dello stesso fornitore che serve il Quirinale, ottimo il filetto ai funghi porcini o la bistecca alla contadina. Per finire in modo goloso tiramisù, semifreddo all'amaretto e sorbetti. In estate tavoli all'aperto.

### ANTICO PORTO

Via Federico Cesi 36 © 06 3233661  
www.ristorantelanticoporto.it  
Indirizzo "cult" per gli amanti della cucina di mare, arrivi giornalieri da Anzio, Fiumicino e Porto Santo Stefano. Antipasti crudi o al vapore, pasta broccoli ed arzilla, spaghetti ai crostacei, tagliolini ai moscardini, paccheri allo scorfano, riso alla crema di scampi. Per i secondi: ancora il gusto reale del mare al sale o al vapore (cotti in un forno speciale ad alta umidità). Da segnalare la focaccina calda (la sera). Dolci fatti in casa: zuppa inglese, wafer casalinghi. Cantina intelligente sempre più assortita.

### PASTA LOVE

Via Palermo 63 © 064740171  
www.pasta-love.com  
A pochi passi dal Palazzo delle Esposizioni un ottimo menù di mare e terra per tutti i palati: crudi di pesce e spiedini di gamberi con prosciutto. Scampi all'ananas, fettuccine con funghi porcini e mirtillo, pappardelle al sugo di lepre, linguine all'astice, fusilli con scampi, fiori di zucca e pecorino. Per i carnivori: filetto di bufala, tagliata di bisonte, stinco di maiale, mentre per il pesce c'è sempre il pescato del giorno da cuocere al forno o alla griglia. Piccolo dehor per le serate calde.

## ANTICA ENOTECA

Via della Croce 76/b © 066790896  
Specialità gastronomiche preparate con ingredienti freschi e genuini. Ampia scelta di vini. Sempre aperto.  
€10,50/25,50

## GUSTO

Piazza Augusto Imperatore, 9  
© 06.3226273  
Ristorante-pizzeria, wine bar - live music. Sabato e domenica brunch. Tavoli all'aperto tutto l'anno.

## CHARRO CAFFE'

Via di Monte Testaccio 73 (Testaccio)  
© 06.5783064  
Sei suggestive sale ricavate nelle grotte di monte testaccio. Ritmi latino americani. Ricco menù /abbondanti antipasti/specialità alla griglia/ensaladas. Si organizzano feste private. Chiuso Lunedì.

## OTELLO ALLA CONCORDIA

Via della Croce 81 © 066791178  
Cucina romana DOC in un bel cortile all'interno di un antico palazzo. Ambiente tranquillo a due passi da via Condotti. Vino bianco dei castelli o Chianti della casa più scelte varie in bottiglia. Consigliata la prenotazione. Chiuso domenica €20,00 circa.

## GIGGETTO

### AL PORTICO D'OTTAVIA

Via del Portico D'Ottavia, 21/A  
© 066861105  
Ambiente classico accanto alle colonne del portico. Piatti della cucina Romana con spunti della tradizione ebraica. Specialità carciofi alla giudia. Chiuso venerdì. €25/28,00.

## ROMA EST

### A TAVOLA

Via Nemorense 88  
© 06 86399358 - www.atavola.it  
Bel locale molto particolare perché situato al primo piano di un palazzo con tanto di balcone largo il necessario per mangiare anche all'aperto. A pranzo c'è un menù più frugale (e anche più economico), la sera invece l'offerta si fa più ricca. Ingredienti genuini e servizio accurato per gustare tra l'altro gelato al parmigiano servito con ottimo crostino, polpettine di cozze, pressatina di polpo, tradizionale cacio e pepe, taglioline con seppie, zucchine, pomodori e bucce di limone, risotto ai crostacei e zafferano, ravioli ripieni di capesante e gamberetti di sicilia e pachino, spiedini di pesce. Ottimi i dolci

### BISTEAK

Via di Pietralata n. 141 © 06.41792126  
American grill molto frequentato dedicato alla carne di qualità accanto a gustose proposte di pizzeria con forno a legna. Si è puntato sulla qualità della carne a prezzi (e cotture) trasparenti al punto da fare il bis e aprire un nuovo indirizzo identico, ma senza la pizzeria, alla Piramide (Via di Porta Ardeatina n. 114 - tel.: 06 57288369). Carni danesi e argentine sulla brace. Carte di credito tutte.

## ROMA OVEST

### INOPIA

Via del Fontanile arenato 155/157  
© 06 66030551  
Nuovo locale in zona Bravetta il cui nome in Spagnolo significa "stare bene". Tavoli arredati con ricercatezza dove trascorrere una bella serata "gourmet". Spesa al mercato tutti i giorni per compilare un menù attento. Pane e pasta fatta in casa, calamaro piastrato con bruschetta destrutturata e patate al nero del calamaro, mille foglie con cecina De Leon con petali di cipolla rossa e tartara di merluzzo, carciofi alla Romana. Raviolo di castrato e pecorino di Crotone, trenette con gamberi di fiume e tartufo bianchetto, spaghetti di bottarga di Santelia, porchetta di maialino con salsa di zucca e vaniglia. Per i dessert: "pane, olio, cioccolato e sale" un pafait al cioccolato glassato. Ottimo il mango e pan di zucca e per chiudere "l'eden" un dolce estivo fatto con cocco, lime e frutto della passione.

### CONCHIGLIA - FIUMICINO

Via del Faro 266 © 06 6583503  
Qui siete in un locale di altri tempi, la cucina è quella marinara, classica che più non si può. Pesce fresco e rispetto delle stagioni, ottime le seppie con i carciofi, polenta con il baccalà, polpettine di tonno e melanzane e i crudi di mare. Poi i primi: paccheri con scampi e carciofi, tagliolini all'astice e spaghetti con le telline. Rombo in crosta di patate e un gran misto di grigliate e frittura di paranza sono solo alcuni dei secondi. Imperdibili le crostate cotte nel forno a legna.

### TRATTORIA DA AUGUSTO LADISPOLI (RM)

Via Aurelia km 38,600  
loc. Palo Laziale © 06 99222489  
Il mare è a due passi, ma questa è una bella trattoria di campagna a tutti gli effetti, dove i protagonisti da cento anni sono i carciofi alla romana, fritti, crudi con il parmigiano, nelle fettuccine e nelle frittate. Ma anche ottima carne alla brace e i grandi classici della cucina di mare: dagli spaghetti con le telline al pescato del giorno da cuocere ai ferri. Dolce epilogo con le crostate di marmellata della casa.

### BAIA - FREGENE (RM)

Via Silvi Marina 1 © 06 66561647  
www.labaiadifregene.it  
Nell'omonimo stabilimento nel delizioso villaggio dei pescatori di Fregene questo è un bel ristorante con sala interna e tavoli sulla spiaggia. Ottimi crudi e tartare di pesce anche in inverno. In menù paccheri di Gragnano con cozze sgusciate, melanzane a funghetto e cacio ricotta. Ottimo anche il sauté di cozze classico con crostini di pane. Orate, dentici e ciò che concede il mare diventano ottime pietanze. Per i golosi gustosi dolci al cucchiaino. Sempre aperto tutto l'anno a pranzo, mentre dalla primavera e per tutta l'estate apre anche a cena.