



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA
ENERGIA PER LA VITA
NOURRIR LA PLANETE
ENERGIE POUR LA VIE
FEEDING THE PLANET
ENERGY FOR LIFE



MALLOREDDUS ALLA CAMPIDANESE

Ingredienti:

- 400g di Malloreddus (gnocchetti sardi)
- $\frac{1}{2}$ cipolla
- 300g di salsiccia sarda
- 300g di passata di pomodori
- 200g di Pecorino Sardo fresco
- Olio Extravergine d'oliva q.b.
- Sale q.b.

Per preparare i malloreddus alla campidanese sbucciate e tritate finemente mezza cipolla e fatela appassire lentamente in una padella antiaderente con olio di oliva extravergine.

Spellate la salsiccia, sbriciolatela grossolanamente con le mani e unitela al soffritto di cipolla.

Fate rosolare la salsiccia per 15 minuti a fuoco vivace, rimestando spesso e poi unite la passata di pomodoro.

Mescolate e coprite con un coperchio lasciando cuocere per circa un'ora e infine, se necessario, regolate di sale.

Quando il sugo sarà pronto, cuocete i malloreddus in abbondante acqua bollente salata per circa 15 minuti.

Intanto grattugiate il pecorino grossolanamente in una ciotola e ammorbiditelo con qualche mestolo di acqua di cottura dei malloreddus, fino a che non sarà completamente sciolto e avrete ottenuto una crema .

Scolate i malloreddus e uniteli al sugo con la salsiccia direttamente in padella, mescolate e infine unite la crema di pecorino.

Mantecate bene per amalgamare tutti gli ingredienti del piatto e servite i malloreddus alla campidanese.

Da sempre i malloreddus sono stati il piatto tradizionale più preparato in Sardegna in tutte le occasioni più importanti, sia nelle feste e nelle sagre paesane, sia durante i matrimoni.

Il termine *malloreddu* (plurale *malloreddus*) è un diminutivo di *malloru*, che in sardo campidanese significa *toro*. Di conseguenza, *malloreddus* vuol dire *vitellini*.

L'origine di tale denominazione è da ricercarsi nel modo di esprimersi in ambito contadino. La lavorazione manuale dei malloreddus in ambito domestico avveniva impastando la semola di grano duro con l'acqua, e si creavano delle listarelle arrotolate di

pasta della lunghezza di circa 15 cm, le quali venivano tagliate a cubetti.

Dopodiché si otteneva la forma schiacciando i cubetti di pasta contro l'estremità di un cesto in paglia, detto *su ciuliri* (*il setaccio*) per ottenerli rigati, oppure per averli lisci bastava schiacciarli semplicemente contro una base in legno. Se ne ricavava un prodotto panciuto che nell'immaginario del mondo agropastorale assumeva la forma di piccoli vitelli.

Ho scelto questa ricetta perché è legata alle mie origini, per me e la mia famiglia è un piatto tipico per il pranzo della domenica, non solo quando siamo in Sardegna, ma anche a casa.

I malloreddus mi riportano alle estati passate in Sardegna a casa dei miei nonni paterni e i miei parenti, in particolare a quando ci riunivamo tutti quanti nella sala da pranzo davanti a un piatto di Malloreddus che solitamente preparava la mia Didi, cioè la mia madrina di Battesimo.

Nonostante sia un piatto molto povero, generalmente preparato dai pastori e i contadini, secondo me è il piatto che rappresenta maggiormente la Sardegna perché contiene la salsiccia sarda, il pecorino sardo e i malloreddus che, appunto, è un tipico tipo di pasta sarda.