

LA RICETTA

Ciriole alla ternana

CULTURA

07_02_2021



CIRIOLE ALLA TERNANA

Le ciriole sono un tipo di pasta ottenuto semplicemente dall'impasto di farina e acqua e lavorata poi tra le mani fino ad ottenere una specie di "serpentelli" sottilissimi. In altre zone dell'Umbria sono chiamate "strangozzi", e in Toscana "pici". Si possono condire in

vari modi (con melanzane, con ricotta, con acciughe, con salsiccia ecc.), ma la ricetta tipica ternana prevede una buona e semplice salsa di pomodoro, ottima anche per i vegetariani. Eccola.

Ingredienti per 6 persone:

Per la pasta

500 gr farina

Aqua quanto basta

Per la salsa

1 spicchio d'aglio

500 gr pomodori a pezzetti (freschi o in scatola)

1 peperoncino piccante spezzettato

4 cucchiaini d'olio d'oliva

Qualche foglia di basilico fresco

Sale

Pepe

Per preparare la salsa:

Tritare il peperoncino fresco e l'aglio. Trasferire il trito in una casseruola, unire l'olio di oliva, mescolare bene, mettere sul fuoco e fare soffriggere a fuoco medio per qualche istante. Abbassare il fuoco, aggiungere il pomodoro e fare cuocere per un'ora.

Per preparare la pasta:

versare la farina su di un tagliere realizzando la classica forma a fontana, aggiungere l'acqua un po' alla volta e iniziare ad impastare in modo da ottenere un **panetto compatto e non appiccicoso**. Per ottenere le ciriole lavorare l'impasto dividendolo a pezzettini e stenderlo con le mani in modo da ottenere dei "serpentelli" sottili di impasto.

Fare cuocere la pasta in abbondante acqua salata per **2-3 minuti** al massimo, scolare e condire con il sugo di pomodoro. Decorare con il prezzemolo fresco (o il basilico, secondo il gusto: io lo preferisco). Servire ben caldo.

(Liana Marabini)