



SICILIA

"C'è sempre un oltre in tutto, voi non volete o non sapete vederlo", diceva Luigi Pirandello, uno dei massimi drammaturghi italiani di origine siciliana. E la Sicilia è la terra che questo "oltre" racchiude in massimo grado. Pirandello ha provato a svelare questo mistero, cercando di far intravedere la natura di quel "plus", che tuttavia qui è destinato a rimanere sempre in parte coperto.

La Sicilia è l'anima mediterranea: prodotto dei più diversi spiriti e delle più diverse razze. Le sue città risuonano nel disordine dei paradossi, nei versi armoniosi e caldi delle espressioni e dei colpi di scena della sua letteratura. E caldi e armoniosi sono i suoi vini e i suoi sapori. La gastronomia siciliana è probabilmente la più antica d'Italia, è forse la più ricca di specialità, certo è la più scenografica. Ai tempi della raffinatissima civiltà della Magna Grecia in Sicilia, fiorita all'incirca quattro secoli prima di Cristo, la cucina era già tenuta in gran conto: il cuoco Trimalcione, nativo di Siracusa o di Gela, divenne così famoso per la sua abilità, da essere conteso in tutto il mondo greco. In un quadro famoso Salvatore Guttuso ha rappresentato la Vucciria, il grande mercato di Palermo, dove voci, immagini e sapori attanagliano il passante. Qui, per strada, può partire la scoperta della cucina siciliana: con le arancine di riso e quelle morbide focacce, gli 'sfinciuni', guarniti con pomodoro, olive, acciughe e capperi.... Come punto d'arrivo, la cucina dei più elaborati timballi, così sensualmente evocata da Tomasi di Lampedusa nei banchetti del Gattopardo, ancor oggi affidata a mani femminili di straordinaria abnegazione. Squisitamente palermitana è la pasta con le sarde, che accomuna mare e terra nel profumo del finocchio selvatico. Tra le pietanze, meritano citazione privilegiata gli involtini di pesce spada e il tonno, preparato col pomodoro e le olive, col vino bianco, perfino in agrodolce con le cipolline.

Nel novero dei piatti simbolo rientra anche la caponata, sintesi di tutte le verdure. Eccezionale è poi la chiusura in dolce con la cassata e i cannoli, che condividono la dolcezza della ricotta e l'aroma del pistacchio, e con la frutta di Martorana, variopinta espressione della pasta di mandorle. Altra celebrità della cucina siciliana è la pasta alla Norma, piatto tipico di Catania come da riferimento belliniano, condita con melanzane fritte, salsa di pomodoro e pecorino piccante. Per non dire delle singolarità, come il cuscus del Trapanese, piatto di ascendenze nordafricane, qui abbinato al pesce, o delle bizzarrie, come le melanzane al cioccolato. D'altra parte, cosa c'è da aspettarsi da gente che alla mattina si sveglia con brioche e granita? O sono pazzi, o hanno veramente capito come godere della vita.

I prodotti, i sapori e il territorio

- **Ragusano**

Storicamente denominato Caciocavallo Ragusano è uno dei formaggi più antichi dell'Isola e si pensa che il nome derivi dall'asciugatura a cavalcioni ('a cavaddu') di un'asse e dal nome della zona di

produzione (Ragusa). Questo formaggio dal sapore amabile e peculiare è stato oggetto sin dal XIV secolo di un fiorente commercio oltre i confini del Regno di Sicilia. Nel 1515 Carmelo Trasselli in 'Ferdinando il Cattolico e Carlo V' racconta infatti di una 'esenzione dai dazi' anche per il Caciocavallo Ragusano a testimoniare come fosse considerato una pregiata merce di scambio. Anche in epoche successive sono numerosi i riferimenti storici a questo formaggio.

Il Ragusano può essere consumato come formaggio da tavola quando è semi-stagionato (3-6 mesi), oppure come formaggio da grattugia se stagionato per oltre 12 mesi. Grazie al suo sapore particolare e alla sua versatilità, è utilizzato anche come ingrediente in numerose ricette della cucina tradizionale della provincia di Ragusa e siciliana. Il Ragusano stagionato e semi-stagionato si abbina bene ai vini rossi, mentre il fresco si accompagna meglio ai vini bianchi.

- **Pecorino Siciliano**

Il Pecorino Siciliano è un formaggio di antichissima tradizione: le sue origini risalgono al periodo classico. Anche Plinio, che per la prima volta classificò i formaggi nazionali ed esteri, lo definì come uno dei migliori formaggi dell'epoca. Il Pecorino Siciliano è un formaggio a pasta dura, prodotto esclusivamente con latte di pecora intero, con o senza bacche di pepe, inserite nella pasta durante l'incanestratura. Consumato fresco o semi-stagionato è un ottimo formaggio da tavola, mentre, stagionato, si presta a essere impiegato come formaggio da grattugia, per condire primi piatti. Il suo sapore piccante lo rende ottimo anche come secondo piatto, accompagnato da olive, pane e da un vino che può essere un Doc siciliano rosso, un Chianti o un Marzemino. Fresco o semi-stagionato presenta un sapore più delicato, con stagionatura assume sapore piccante caratteristico.

- **Cappero di Pantelleria**

Il terreno di Pantelleria è di origine vulcanica, estremamente arido per le scarse piogge, e come tale è l'ambiente ideale per la coltivazione del capperi, che costituisce una fonte di reddito di notevole importanza per l'isola. Il capperi è conosciuto sin dai tempi dei Greci e dei Latini non solo per il suo impiego gastronomico, ma anche per le sue proprietà benefiche per l'organismo o addirittura per le virtù afrodisiache, come è riferito persino nella Bibbia. Il Capperi di Pantelleria ha un forte aroma penetrante che aggiunge sapore a molte pietanze della cucina mediterranea, dalla pasta al pesce, e ha, inoltre notevoli proprietà diuretiche, toniche e digestive. Si sposa con olive nere, pomodori, acciughe e origano nel celebre Pesto pantesco.

- **Pomodoro di Pachino**

Il Pomodoro di Pachino prende il nome dall'omonima cittadina in provincia di Siracusa, nel cui comprensorio la coltivazione di questo prodotto orticolo ha trovato le sue ideali condizioni pedoclimatiche grazie all'elevata esposizione solare, alla salinità delle acque di irrigazione, alla tessitura del terreno e alla vicinanza del mare che determina una mitigazione del clima e una scarsa frequenza delle gelate invernali-primaverili. Questo insieme di fattori è responsabile delle peculiari qualità organolettiche e delle proprietà che contraddistinguono il Pomodoro di Pachino quali il sapore dolce, la consistenza della polpa, la lucentezza del frutto e la lunga durata post-raccolta. Le prime coltivazioni del pomodoro di Pachino risalgono al 1925, tuttavia fu solo a partire dagli anni '70 che conobbe una diffusione e un successo crescenti. Il Pomodoro di Pachino va consumato preferibilmente crudo per assaporare pienamente il gusto dolce che lo contraddistingue e non perdere le sue preziose proprietà nutritive, prima tra tutte la vitamina C di cui è particolarmente ricco. Questo prodotto divenuto ormai simbolo della dieta mediterranea si presta alla preparazione di innumerevoli piatti freschi, come insalate, paste fredde ma è perfetto anche sulla pizza, specie in abbinamento con un altro pezzo forte della gastronomia italiana: la mozzarella di bufala campana.

- **Oliva Nocellara del Belice**

I suoli rossi e bruni e il clima spiccatamente mediterraneo creano condizioni microambientali che influiscono sulle caratteristiche di tipicità dell'oliva prodotta nella Valle del Belice. L'olivicoltura nella zona ha una lunghissima tradizione, in particolare per l'oliva da tavola: la sua coltivazione risale alla

colonia greca di Selinunte, nel VII secolo a.C. ed ebbe il massimo incremento nel 1700. Nel corso degli ultimi due secoli si è scoperta la duplice attitudine della cultivar 'Nocellara del Belice' e di conseguenza le produzioni olivicole si sono diversificate in olio e olive da tavola. L'oliva può essere consumata come antipasto, assieme ad altri prodotti tipici siciliani, come caponate, formaggi, salsicce, pomodori secchi sottolio, carciofini sottolio. La Nocellara del Belice ha una polpa soda e croccante di qualità pregiata.

- **Arancia Rossa di Sicilia**

Gli agrumi sono diffusi in tutto il bacino del Mediterraneo sin dai tempi più antichi, ma il loro impiego rimase esclusivamente ornamentale o al massimo religioso fino alla conquista araba dell'Italia Meridionale, quando il consumo di arance si diffuse anche a livello popolare. L'Arancia Rossa di Sicilia rappresenta un esempio di stretto legame tra fattori climatici e caratteristiche del prodotto; le stesse varietà di arancia, infatti, coltivate in altri climi non presentano il particolare colore e le specifiche caratteristiche organolettiche che le hanno rese famose nel mondo. L'Arancia Rossa di Sicilia ha un sapore dolce e caratteristico.

- **Ficodindia dell'Etna**

Il ficodindia venne introdotto in Sicilia alla fine del sedicesimo secolo dagli Spagnoli, come riporta lo storico Denis Mack Smith nel suo 'History of Sicily ' ' Medieval Sicily 800 ' 1713, assieme ad altre importanti piante come il pomodoro dal Perù e il tabacco dal Messico. Quello più comunemente usato era il ficodindia proveniente dall'America Tropicale, una pianta capace di sopportare lunghi periodi di siccità e di propagarsi facilmente nelle fenditure della roccia. Proprio per questa sua caratteristica il fico d'india venne fin da subito piantato per frantumare la lava nei fertili pendii del monte Etna e ancora oggi caratterizza il paesaggio del versante Nord occidentale del noto vulcano siciliano. Il frutto ha un colore variabile dal giallo al rosso all'arancio. La polpa è succosa e contiene numerosissimi semi legnosi.

- **Pistacchio di Bronte**

La Sicilia è l'unica regione italiana dove si produce il pistacchio (pistacia vera) e la cittadina etnea, con oltre tremila ettari in coltura specializzata, ne esprime l'area di coltivazione principale (più dell'80% della superficie regionale) con una produzione dalle caratteristiche peculiari.

Bronte, Eden di pistacchio, con un frutto dal gusto e dall'aroma universalmente riconosciuti come unici e particolari. L' "oro verde", così è denominato il "Pistacchio verde di Bronte", rappresenta la principale risorsa economica del vasto territorio della cittadina etnea.

Il pistacchio (dal greco Pistàkion) è una pianta originaria del bacino Mediterraneo (Persia, Turchia), coltivata per i semi, utilizzati per il consumo diretto, in pasticceria e per aromatizzare gli insaccati di carne. Era noto e coltivato dagli antichi ebrei e già allora ritenuto un frutto prezioso.

Vini regionali

- **Marsala**

Il Marsala è un vino liquoroso di fama internazionale prodotto in provincia di Trapani, in una zona ideale per l'esposizione all'irraggiamento solare e per la ricchezza dei terreni, tanto da essere definita 'Fascia del Sole'. Anche in passato era conosciuto e apprezzato oltralpe come testimonia un antico documento del 1773, anno in cui partì dal porto di Trapani un carico di botti di vino diretto all'Inghilterra. A seconda del grado di invecchiamento, i vini Marsala si distinguono in Fine (un anno di invecchiamento minimo), Superiore (2 anni di invecchiamento minimo), Superiore Riserva (minimo 4 anni), Vergine e/o Soleras (minimo 5 anni) e Vergine e/o Soleras Stravecchio o Riserva (dieci anni minimo di invecchiamento).

- **Moscato di Pantelleria e Passito di Pantelleria**

Questo vino è prodotto da tempo memorabile nell'isola di Pantelleria dalla varietà di uva Zibibbo e vanta una storia costellata di importanti riconoscimenti. Premiato nel 1900 all'Esposizione di Parigi, nel 1936 fu inserito tra i vini tipici italiani per il suo "aroma delicato e fine e per il suo sapore vellutato, dolce, carezzevole, generoso", e già nel 1971, terzo tra i vini siciliani, ottenne la Doc. La sua assoluta bontà ha alimentato negli anni curiose leggende, come quella della dea Tanit che si finse coppiera degli dei e sostituì all'ambrosia, bevanda abituale dell'Olimpo, il mosto delle vigne di Pantelleria, riuscendo a conquistare Apollo di cui era invaghita. Questo vino è prodotto nelle tipologie Bianco, Moscato, Passito, Moscato Dorato, Moscato Liquoroso, Moscato Spumante, Passito liquoroso e Zibibbo Dolce.

- **Salaparuta**

Il Comune di Salaparuta è situato nella valle del fiume Belice, in zona collinare a 385 metri sopra il livello del mare. L'attività principale del luogo è rappresentata dall'agricoltura, e in particolare l'attività vitivinicola rappresenta una delle principali fonti di reddito. Il vino Salaparuta è prodotto nelle tipologie di Rosso e Rosso Riserva, Bianco, Inzolia, Grillo, Chardonnay, Catarratto, Nero d'Avola e Nero d'Avola Riserva, Merlot e Merlot Riserva, Cabernet Sauvignon.

Il Salaparuta Rosso trova un buon abbinamento con arrosti e selvaggina. Il bianco, invece, è molto apprezzato se accompagnato con primi o secondi di pesce.

- **Malvasia delle Lipari**

La Malvasia della Lipari, di cui esistono tre tipologie, una da pasto e due da fine pasto, è annoverata tra i più antichi e pregiati vini di Sicilia. Probabilmente introdotta dai Greci, come scrive Diodoro Siculo nel I secolo a.C., questo vino nasce nelle isole Eolie in cui la viticoltura vanta origini ben più remote. Molto curiosa è invece l'origine del termine "malvasia" nelle Lipari. Un'antica leggenda cristiana, risalente all'epoca della dominazione musulmana, racconta di un povero contadino del posto, intento a portare un'anfora di vino moscato. Questi, incontrato lungo la strada il tirannico governatore arabo dell'isola che pretendeva di vedere cosa avesse sotto il mantello, rispose che portava solo succo di malva e, pregando il Signore affinché trasformasse il vino in malva, lo invocò così: "malva sia". La preghiera fu ascoltata e un'espressione di disgusto segnò il volto del tiranno mentre beveva il contenuto dell'anfora. Nell'opera 'La vita errante' il grande romanziere francese Guy de Maupassant così descrive il vino Malvasia delle Lipari: "Sembra sciropo di zolfo. È proprio il vino dei vulcani, denso, zuccherato, dorato e con un tale sapore di zolfo che vi rimane al palato fino a sera: il vino del diavolo". La Malvasia delle Lipari è un vino da meditazione che può essere degustato anche assieme a formaggi erborinati, a dolci tipici siciliani come la cassata e i cannoli, e alla pasticceria secca. Va servito in piccoli calici che permettono la concentrazione dei profumi e degli aromi a una temperatura di 16 -18°C.

I segreti e la tradizione culinaria nelle ricette della SICILIA

- **Caponata siciliana**
- **Pasta con le sarde**
- **Pasta 'chi vroccoli arriminata'**
- **Pasta 'ncasciata**
- **Involtini di pesce spada alla Messinese**
- **Arancini di riso**

- **Caponata siciliana**

La caponata siciliana è una delle ricette siciliane più note e apprezzate, amata in tutta Italia e nel Mondo.

Ingredienti e dosi per 4 persone

1 kg di Melanzane
600 gr di sedano gambi
2 cipolle
200 gr di olive verdi del Belice in salamoia snocciolate
3 pugni di capperi dissalati di Pantelleria
60 gr di Pinoli
500 gr di pomodori da salsa
50 gr di zucchero
Aceto 1/2 bicchiere
Basilico qualche foglia
Olio extravergine d'oliva
Sale grosso

Preparazione

Laviamo, mondiamo e tagliamo a cubetti , di circa 1,5 cm di lato, le melanzane (del tipo allungato siciliano) e disponiamole a strati in un colapasta o setaccio, spolverizzandole con del sale grosso , affinché perdano l'amaro. Lasciamole riposare così per almeno un'ora.

Intanto, tagliamo i gambi di sedano a listerelle e sbollentiamoli dentro ad una pentola con dell'acqua salata, poi scoliamoli e soffriggiamoli in olio d'oliva a fuoco basso.

In un'altra padella, facciamo soffriggere in olio d'oliva le cipolle affettate, e uniamo, quando saranno appassite, i capperi dissalati , i pinoli e le olive denocciolate, facendo soffriggere il tutto per altri 10 minuti.

A questo punto aggiungiamo i pomodori tagliati a cubetti e facciamo cuocere per circa 20 minuti a fuoco vivace. Intanto scoliamo e sciacquiamo le melanzane, asciugamole con la carta da cucina e friggiamole in olio di oliva dentro ad una capiente padella. Quando le melanzane saranno ben rosolate, uniamo i gambi di sedano, il composto con i pomodori e amalgamiamo bene il tutto a fuoco basso. Cospargiamo poi gli ingredienti in padella con lo zucchero e aggiungiamo il mezzo bicchiere d'aceto , cuocendo ancora a fuoco moderato fino a che l'odore dell'aceto sarà sfumato. A questo punto la nostra caponata è pronta: lasciamola raffreddare e serviamola con delle foglie di basilico intere e spezzettate.

- **Pasta con le sarde**

Straordinario piatto della cucina siciliana. Gusto deciso ma morbido, aromi e profumi della terra che si amalgamano con il sapore del mare in un'opera d'arte culinaria unica.

Ingredienti e dosi per 4 persone

1 mazzo di finocchietti selvatici
1 cipolla
½ bicchiere d'olio EV siciliano
4 acciughe salate
500 gr di sarde fresche
25 gr di uva passa
20 gr di mandorle
un pizzico di zafferano
Sale e Pepe nero

Preparazione

Puliamo e lessiamo un grosso mazzo di finocchietti selvatici, in acqua giustamente salata, per quindici minuti a partire dal bollore; si sgocciolano (si tiene l'acqua da parte), si strizzano e si tagliano a piccoli pezzi. Tritiamo una cipolla e facciamola imbiondire in mezzo bicchiere d'olio; uniamo quattro acciughe salate (pulite e spinate) facendole disfare con la forchetta; quindi trecento grammi di sarde fresche spinate e pulite, sale, pepe, venticinque grammi di uva passa, venticinque grammi di pinoli, venti grammi di graniglia di mandorle tostate. Mescoliamo delicatamente e facciamo insaporire per dieci minuti. Aggiungiamo ora i finocchietti e un pizzico di zafferano e mescoliamo delicatamente. Abbassiamo la fiamma e facciamo cuocere per altri dieci minuti.

A parte friggiamo otto sarde fresche, aperte a libro, senza farina.

In un padellino facciamo imbiondire sei cucchiaini di pangrattato. Infine lessiamo seicento grammi di pasta, tipo "perciatini" o "canolicchi" o "bucatelli" nell'acqua di cottura dei finocchietti e si ritira al dente.

Ora condiamo la pasta con la salsa alle sarde e finocchietti, sistemiamola in una pirofila unta, si spolvera la superficie il pan grattato e copriamo con le otto sarde fritte. Passiamo in forno caldissimo per otto-dieci minuti. Lasciamo riposare qualche istante prima di servire.

• Pasta 'chi vrocchi arriminata'

La Sicilia conta due varietà tipiche ed eccezionali di cavolo: Il Cavolfiore Violetto natalino (rarissimo per la precocissima disponibilità) ed il Cavolo broccolo Sparacello palermitano. E' questo speciale ingrediente della terra siciliana a dare un sapore unico, intenso e delicato ad un piatto meraviglioso, ennesima riprova della ricchezza delle specialità gastronomiche siciliane.

Ingredienti e dosi per 4 persone

400 gr di bucatini
1 cavolo broccolo Sparacello palermitano
1 cipolla
30 gr di uva passa
30 gr di pinoli
4 sarde salate
zafferano
olio oliva
sale e pepe

Preparazione

Mettiamo ad ammorbidire i pinoli e le passoline in acqua tiepida.

Facciamo lessare le cime dei cavolfiori in acqua salata. Non buttiamo l'acqua di cottura ci serve per la cottura della pasta.

Tagliamo fine la cipolla e la mettiamo a soffriggere in un tegame con olio.

Appena la cipolla è imbriondita aggiungere le sarde salate, pestarle in modo da ridurle in poltiglia, aggiungere pinoli e uva passa e farle insaporire per qualche minuto.

Aggiungiamo anche il cavolfiore, aggiustiamo di sale e pepe. Amalgamiamo per bene in modo da non spappolare molto il cavolfiore. Uniamo una bustina di zafferano sciolta in poca acqua calda .

Facciamo cuocere la pasta nell'acqua di cottura del cavolfiore e appena cotta al dente passiamola nella padella della salsa perché possa farla propria, per amalgamare bene tutti i sapori usiamo l'acqua di cottura.

Lasciare mantecare qualche minuto sotto coperchio, prima di servire.

• Pasta 'ncasciata (da cacio)

Andò a casa, si mise il costume da bagno, fece una nuotata lunghissima, rientrò, s'asciugò, non si rivestì, nel frigorifero non c'era niente, nel forno troneggiava una teglia con quattro enormi porzioni di pasta 'ncasciata, piatto degno dell'Olimpo, se ne mangiò due porzioni, rimise la teglia nel forno, puntò la sveglia, dormì piombigno per un'ora, si alzò, fece la doccia, si rivestì coi jeans e la camicia già allordati, arrivò in ufficio. (Il commissario Montalbano - Il cane di Terracotta - Andrea Camilleri)

Ingredienti e dosi per 4 persone

400 gr pasta di zita spezzata a mano (semola di grano duro di Gragnano)
600 gr pomodori Perino siciliani
2 uova
150 gr carne di manzo macinata
100 gr salame
200 gr melanzane
200 gr caciocavallo ragusano
200 gr. pecorino siciliano grattugiato
aglio, prezzemolo, basilico
peperoncino fresco
olio E.V. di oliva
vino bianco
sale

Preparazione

Sbucciamo le melanzane, affettiamole e teniamole sotto sale per un'ora. Soffriggiamo, in olio d'oliva E.V. , non bollente, due teste d'aglio pulite e schiacciate con tutta la camicia e il peperoncino fresco tagliato a pezzetti. Togliamo peperoncino e aglio quando questo sarà dorato. Mettiamo la carne macinata, sfumiamo con vino bianco e quando è insaporita aggiungiamo i pomodori (lessati e pelati) prezzemolo e basilico tagliato con le mani, saliamo e lasciamo cuocere a fuoco lento per cinquanta minuti, sfumiamo con vino bianco e acqua calda quando il sugo restringe. Laviamo le melanzane, asciugiamole e friggiamole in olio caldo. Lasciamole a scolare in un colino. (niente carta assorbente). Rassodiamo le uova e tagliamole a dischetti. Cuociamo la pasta al dente, scoliamola e mettiamola in un tegame girandola energicamente (non a starti attenzione, la 'ncasciata non è una lasagna) insieme alla salsa di carne, le melanzane, il salame, il caciocavallo tagliati a dadi e le uova. Cospargiamo lo strato superiore con molto sugo, melanzane, caciocavallo e molto pecorino. Mettiamo il tegame in un forno caldo per dieci minuti e serviamo dallo stesso recipiente.

• Involchini di pesce spada alla messinese

Ottimo piatto, tipico della zona di Messina e di Palermo dove, infatti, si pesca il pesce spada. Sapore delicato ma dal gusto pieno e lungo.

Ingredienti e dosi per 4 persone

16 Tocchetti di pesce spada da 40 gr. ciascuno
3 cipolle
1 pacco di pancarrè
100 gr. uva passa
80 gr. pinoli
100 gr. di caciocavallo ragusano
2 arance di Sicilia
foglie di alloro
50 gr. di olio d'oliva extra vergine
2 filetti di acciuga
pangrattato
sale
pepe

Preparazione

Per il ripieno tritiamo finemente 2 piccole cipolle e rosoliamole in una casseruola con l'olio; aggiungiamo l'uva passa ed i pinoli precedentemente rinvenuti in acqua tiepida ed i filetti di acciuga.

Facciamo sciogliere l'acciuga mescolando bene e lasciamo raffreddare.

In una terrina grattugiamo le fette di pancarrè private dei bordi e il caciocavallo, versiamo il soffritto, il succo ricavato dalle 2 arance e spolveriamo di pepe.

Prepariamo gli involchini spianando i tocchetti di pesce spada e sistemando su ciascuno un pugno di ripieno; arrotoliamoli e infilziamoli negli spiedi alternandoli con foglie di cipolla e alloro.

Passiamoli nell'olio, sale e pepe, spolveriamo di pangrattato ed infine grigliamo per 5 minuti circa.

- **Arancini di riso**

Icona insostituibile della cucina siciliana, anche se sembra essere stato importato dagli arabi che erano soliti mangiare riso condito con erbe e carne, durante i pasti. E' diventato un classico della cucina mediterranea, immortalati da Andrea Camilleri nei romanzi del Commissario Montalbano, questa la vera ricetta popolare degli arancini di riso in siciliano:

*“Adelina ci metteva due giornate sane sane a prepararli. Ne sapeva, a memoria, la ricetta. Il giorno avanti si fa un aggrassato di vitellone e di maiale in parti uguali che deve còciri a foco lentissimo per ore e ore con cipolla, pummadoro, sedano, prezzemolo e basilico. Il giorno appresso si prepara un risotto, quello che chiamano alla milanisa, **(senza zaffirano, pi carità!)**, lo si versa sopra a una tavola, ci si impastano le ova e lo si fa rifriddàre. Intanto si còcino i pisellini, si riducono a pezzettini 'na poco di fette di salame e si fa tutta una composta con la carne aggrassata, trituro a mano con la mezzaluna (nenti frullatore, pi carità di Dio!). Il suco della carne s'ammisca col risotto. A questo punto si piglia tanticchia di risotto, s'assistema nel palmo d'una mano fatta a conca, ci si mette dentro quanto un cucchiaino di composta e si copre con dell'altro riso a formare una bella palla. Ogni palla la si fa rotolare nella farina, poi si passa nel bianco d'ovo e nel pane grattato. Dopo, tutti gli arancini s'infilano in una padeddra d'oglio bollente e si fanno friggere fino a quando pigliano un colore d'oro vecchio. Si lasciano scolare sulla carta. E alla fine, ringraziannu u Signiruzzu, si mangiano!*

Ingredienti e dosi per 4 persone

200 gr di riso semifino
100 gr di carne di manzo e maiale tritata
100 gr di pisellini sgranati
50 gr di passata di pomodoro
4 uova
1/2 cipolla
un gambo di sedano
30 gr di parmigiano grattugiato
50 gr di pecorino fresco
50 gr di farina
60 gr di pangrattato
400 ml di olio extravergine di oliva
un ciuffo di prezzemolo
4 foglie di basilico
30 gr di burro
sale e pepe