Viaggi
Circolo Eledrea

Associazione Culturale – Via Principessa Iolanda, 3 07100 – SASSARI – eledrea.circolo@virgilio.it – tel/fax +39 0795574162 - www.circoloeledrea.com

---

La Scuola di Cucina
del Circolo Eledrea – via Grazie Deledda, 89/a
propone per sabato 29 ottobre 2011, ore 21
un Menù Degustazione Sardo,

utilizzando materie prime genuine, alcune facenti parte di presidi di ***Slow Food****, un recupero di antiche tradizioni, con una delicata rivisitazione, per una* ***nuova cucina sarda****.*

Antipasti

- *Battuta di "**Bruno Sarda**" al coltello, cialda di **pane Tondu di Sorso** e **olio extravergine della Romangia.***
- *Insalata tiepida di agnello al profumo di mirto, pomodori sott'olio e **pane Zichi.***

Primi piatti

- *"Maccarones de poddighe" alla vera maniera barbaricina (cotti nel brodo di pecora, olio e scaglie di **Pecorino di Osilo**).*
- *"**Culurgiones a spiga**" ripieni di patate, menta e **Casizolu del Montiferru.***

Il secondo piatto

- *La tagliata di pecora cotta nell'olio extravergine a bassa temperatura.*

Predessert

- *La **ricotta di Osilo** infornata con **miele di lavanda selvatica.***

Dessert

- *I **Turonzos***

- ***Cagnulari di Usini**, Acqua n/g, caffè.*

➢ ***€ 25,00***

Solo su prenotazione
333 6596074

Bruno Sarda: *L'origine della Bruno-Sarda si perde nella notte dei tempi. Già i proto sardi allevavano razze bovine che per loro non erano soltanto degli animali che producevano: lavoro, latte e carne, ma la rappresentazione in terra della divinità. In esso trovavano la forza, la creazione della vita sulla terra in associazione con le fonti sacre. Il Toro era il principio maschile e l'acqua, il luogo della Dea Madre, la fertilità femminile. Non a caso nei monumenti della civiltà degli Shardana la protome taurina è rappresentazione sia dell'utero femminile che dell'elemento maschile ed entrambi sono promessa di vita oltre la morte.*
Lo storico Felice Cherchi Paba, racconta che il miglioramento della razza avvenne già in epoca romana dove i bovini locali, di taglia piccola, vennero incrociati con animali di specie provenienti dal resto d'Italia al fine di ottenere una razza maggiormente produttiva. Il Keller in un suo libro del 1928 attribuisce alla Sardegna "un bue con caratteri particolari che si avvicinano a quelli dell'antico Egitto: per la conformazione del capo presenta però molte somiglianze con quello dell'antica Roma". La razza a cui fa riferimento il Keller è sicuramente quella della valle del Tevere assai nota e apprezzata nell'isola per il colore del suo mantello colore miele: melinum da cui **Mèlina** *in sardo. Termine tramandato sino ai nostri giorni che individua l'attuale bruno sarda già allora definita come" assai gentile da lavoro e da carne".*

luoghi dove l'allevamento è presente da sempre sono ancora quelli di oggi: gli altopiani e i monti della Sardegna Centro Occidentale: Guilcer, Montiferru e Barigadu.

Le condizioni di allevamento

Grazie all'abbondanza di pascoli polifiti che, in alcune zone, restano verdi sino a giugno inoltrato, l'allevamento dei bovini Mèlina avviene al pascolo brado con ricovero in stalla solo nelle giornate particolarmente fredde. L'allevamento del vitello avviene in maniera naturale dietro la madre, solo nella fase di finissaggio, negli ultimi tre mesi viene rinchiuso in locali ampi, areati, in cui possa muoversi ed alimentato con le produzioni aziendali integrati da mangimi costituiti da granelle come: piselli, favini, orzo, grano e mais, nel pieno rispetto delle metodologie tradizionali.
La ricchezza dell'alimentazione oltre alle caratteristiche intrinseche della razza contribuiscono alla produzione di una carne gustosa, magra, che si lascia apprezzare per la sua naturale sapidità.
Dalla Mèlina non si produce solo carne ma anche formaggi pregiati come: Casizolu, Tritza, Fresa, Murùtzulu, che negli anni hanno conosciuto una notorietà nazionale.
Gli allevamenti al pascolo brado fanno degli allevatori i custodi del territorio. Grazie a loro le campagne vengono curate, il rischio degli incendi controllato, così come l'erosione del terreno, facendo in modo che il paesaggio e i luoghi vengano salvaguardati con una agricoltura sostenibile.

Pane Tondu di Sorso: *una pagnotta bitorzoluta chiamata "tondu" o anche "colacola" a crosta dura e mollica compatta con occhiature evidenti.*

Olio extravergine della Romangia: *Zona di provenienza: Golfo dell'Asinara - Varietà di olive: 100% Bosana Raccolta: Dalla fine di ottobre a metà dicembre.*

Pane Zichi: *Su Zichi" è il tipico pane di Bonorva. Questo è un pane di farina di grano duro, dalla forma circolare e dalla consistenza morbida e da un gusto inimitabile! Oltre a gustarsi morbido come una spianata, si può gustare anche nella variante "secca" che può resistere per parecchi mesi senza rovinarsi e sopratutto senza perdere le sue qualità, perciò se non viene consumato entro un paio di giorni morbido non ci sono problemi, perché può benissimo essere riutilizzato sotto forma di primo piatto, in due varianti: "Su pane oddidu" ovvero pane tagliato a pezzi, bollito nel brodo di pecora e condito con pecorino, oppure in "Su pane affittas" invece condito con sugo e una spolverata di pecorino sardo, squisiti entrambi! Da ricordare che al pane "zichi" sta per essere conferito il marchio IGP.*

Pecorino di Osilo: *Latte ovino sardo di un unico allevamento.E' un po' più piccolo dei classici pecorini sardi, più stretto di diametro e più alto di scalzo. La crosta è sottile e di colore giallo paglierino, come la pasta, privo di occhiatura. I profumi sono quelli tipici del formaggio ovino: note di lana, legno secco e, in qualche caso, di erbe aromatiche. In bocca invece è burroso, fondente, con buone note di nocciola tostata Il Presidio riunisce i produttori di Osilo e sta lavorando per la formazione di un'associazione. E' stato redatto un disciplinare di produzione rigoroso che sancisce un principio fondamentale: solo gli allevatori locali possono produrre pecorino del Presidio e solo i pastori della zona storica di produzione che gravita intorno al comune di Osilo. Il disciplinare del Presidio non consente inoltre la produzione di formaggio da latte di più allevamenti o, peggio, di ovini allevati in stalla. (***Presidio Slow Food***)*

Culurgiones a spiga:

Grossi ravioli di sfoglia all'uovo, di forma semicircolare, farciti con un ripieno variabile a seconda delle zone, comunque di magro, costituito da verdure e formaggi. Sono detti anche angiulottus, con un termine derivato dal piemontese agnolotti.

Tradizionalmente riservati ai pasti delle festività, i culurgiones sarebbero originari dell'Ogliastra, dove il ripieno è costituito da patate, ***formaggio pecorino*** *e cipolle ed è insaporito da* ***foglioline di menta****; la sfoglia all'uovo è tagliata in forme circolari che, una volta farcite, vengono chiuse a mo' di sacchetto, con i* ***lembi finemente decorati a spiga****. In altre zone sono diffusi i culurgiones de casu, con ripieno di solo formaggio fresco (ricotta), eventualmente arricchito da bietole (culurgiones de era) o spinaci, o aromatizzati con scorza o succo di limone e arancia, come anche nel caso dei culurgiones galluresi. Possono essere conditi con un sugo di pomodoro, ragù o più semplicemente con olio d'oliva e pecorino sardo.*

Casizolu del Montiferru: *Siamo nel Montiferru, un angolo di Sardegna dove si produce – rara eccezione in questa terra di pecore e di pecorini – un antico e pregiato formaggio di vacca a pasta filata: il Casizolu. Lo facevano tradizionalmente le donne, lavorando il latte appena munto e impastando la cagliata nell'acqua bollente per modellare la tipica forma di pera panciuta. Un lavoro lungo, di fatica e pazienza, che rovina le mani e costringe a levatacce: dopo aver aggiunto il caglio e preparato la rottura della cagliata bisogna aspettare il punto esatto di fermentazione lattica, che può essere di sera, la notte, all'alba. A questo punto si può procedere con la filatura della cagliata, riscaldando pezzi di cagliata in acqua calda per far filare la pasta e poi modellandola in acqua fredda. Dopo la filatura della pasta, l'acqua bianca di siero non si getta: s'abbagasu è un brodo gustoso per profumate minestre al formaggio. Quando è ben modellato (la buccia deve essere liscia, lucente, senza rughe) il Casizolu va seguito come un neonato: prima è accoccolato su un canovaccio (oppure in un cesto di crusca) perché non si rovini la forma; dopo due o tre giorni si appende al soffitto e infine si sistema in cantina. La pasta del Casizolu tende alla sfoglia con la stagionatura, è giallo paglierina e leggermente occhiata. Al naso, quando la forma è ben stagionata, unisce sensazioni verdi di erba e di latticello a sentori di bosco e di foglia. In bocca tornano le note con una buona persistenza e un finale ammandorlato. (****Presidio Slow Food****).*

Ricotta di Osilo: *stessi luoghi di produzione del percorino omonimo.*

Miele di lavanda selvatica*: In Italia il* ***miele di lavanda selvatica*** *viene prodotto soprattutto in* ***Sardegna*** *dove, nelle macchie degradate da incendi ad altitudini sino ai 600 metri sul livello del mare, cresce spontaneamente la lavanda confondendosi con il cisto, il mirto e il lentisco.*
*Fin dall'****antichità*** *la* ***lavanda veniva usata in Sardegna****: in Gallura per bruciare le setole del maiale da ingrasso alla sua uccisione e in altre zone veniva pestata fresca in olio d'oliva per essere poi utilizzata come cicatrizzante e anche contro il morso degli insetti.*
Il miele di lavanda selvatica è di ***difficile reperibilità*** *e si distingue dai soliti mieli per il suo effetto "saponoso" che può ricordare a chi lo assaggia per la prima volta.*
Ha un colore chiaro con leggeri riflessi ambra, un ***aroma balsamico e profumato*** *e un* ***gusto non dolce****.*
Cristallizza *molto velocemente e al palato rimane molto persistente nonostante non sprigioni dei particolari profumi, ma lascia in bocca una piacevole* ***sensazione di lavanda balsamica****.*
In ***cucina*** *è molto apprezzato e lo si consuma al naturale oppure abbinato a formaggi di gran struttura o nelle tisane.*
*Per la sua tipicità, il miele di lavanda selvatica fa parte dell'****Arca del Gusto*** *della* ***Fondazione Slow Food****, progetto avente come obiettivo il recupero e la salvaguardia di piccole produzioni di eccellenza gastronomica minacciate dall'agricoltura industriale, dal degrado ambientale e dall'omologazione.*

Turonzos: *dolce a base di formaggio, scorza di limone grattugiata e miele. (Goceano).*

Cagnulari di Usini,*: l'origine del vitigno è ancora incerta. Qualcuno afferma che sia stato introdotto dalla Francia nell'Ottocento. È molto più probabile invece che si sia diffuso in Sardegna e soprattutto nel sassarese durante il periodo di dominazione spagnola. Nel corso degli ultimi decenni, dopo la scomparsa quasi totale della viticoltura nell'agro di Sassari, il Cagnulari viene coltivato soprattutto nei terreni di Usini, con interessanti realtà dedicate a questo vitigno anche nei comuni di Ossi, Tissi, Uri, Ittiri, Sorso ed Alghero. Il profumo è molto caratteristico e spazia nella sua franchezza dal fruttato intenso (frutta rossa) in gioventù, allo speziato (pepe nero, all'erbaceo - muschio -, alla confettura di prugne, raggiungendo una grande ampiezza nei casi di vini invecchiati. Al gusto si rivela solitamente secco, caldo, abbastanza morbido, abbastanza fresco, abbastanza tannico, sapido, di corpo tendente al robusto, comunque armonico. Un vino quasi da mangiare.*