ELISIA MENDUNI

PANINI DI SICILIA

GIUNTI

PANINI DI SICILIA

FUD

LII EXTRA
VERGINE SIC
BIANCOLILLA
TONDA IBLEA

Edizione realizzata in collaborazione con GASTRONOMIE VULCANICHE S.r.l.
da Iniziative Speciali di Giunti Editore S.p.A.
info.iniziativespeciali@giunti.it

Testi e ricette originali: Elisia Menduni
Fotografie originali di: Alberto Blasetti (ricettario), Elisia Menduni (prodotti),
Benedetto Tarantino (territorio) e altri – vedi referenze iconografiche al termine del volume
Post-produzione delle immagini: Nicola Dini
Progetto grafico e impaginazione: Zetalab, Milano

www.giunti.it
© 2020 Giunti Editore S.p.A.
Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia
Via G.B. Pirelli 30 – 20124 Milano – Italia

ISBN: 9788809906181

Prima edizione digitale: settembre 2020

PRO.DIGI GIUNTI
FESTINA LENTE

ELISIA MENDUNI

PANINI DI SICILIA

GIUNTI

SOMMARIO

01 - INTRODUZIONE

Pane e panini di Sicilia ..... pag. 12
La Sicilia e i suoi ingredienti 19
Panino boom 38
Dietro il panino FUD 41

02 - RICETTE & PRODOTTI

01 Dabol Burgher 58
02 Blu Burgher 60
☛ Tuma persa 64
03 Uestern 66
04 Smoched 68
☛ Maiale nero dei Nebrodi 70
05 Sammer 72
☛ Capra girgentana 74
06 Delicius 76
07 Vegan Burgher 78
08 Cicchen Burgher 80
09 Eolian Uei 82
10 Shek Burgher 84
☛ Asino siciliano 86

11 Baffalo Burgher 90
12 Lobster Roll 92
13 Cauntri 94
☛ Provola delle Madonie 96
14 Ors Burgher 100
15 Porc Burgher 102
☛ Ragusano DOP 104
16 Uonderful 106
17 Blu Fish 110
☛ Mandorle 112
18 Cresi Ors 114
19 Squid Fud 118
☛ Tumminia e grani antichi 120
20 Purp Bred 122
21 Suitt Porc 126
☛ Manna 128
22 Tuna Tartar 130
☛ Tonno e pesce azzurro 134
23 Stokfish 136
☛ Capperi di Salina 138
24 Fud Pulled 140
25 Fish Burgher 142
26 V.I.P. 144
☛ Pomodorini e pomodori secchi 146
27 Fig Bait 148
28 Parmigiana Burgher 150
29 Biutiful 152
☛ Cioccolato di Modica 154

1 Crateri Silvestri (1900 m s.l.m.), Etna.

01

INTRODUZIONE

PANE E PANINI DI SICILIA

Il pane è cibo arcaico, primitivo, antico, primordiale. Il pane siciliano profuma di grano arso dal sole, ha forme rituali ed è l'ingrediente protagonista di gran parte della cucina isolana.

Nelle tre valli della Trinacria è difficile trovare piatti della tradizione popolare senza "muddìca" o mollica. Fresco, morbido e delicato, o di grano duro, intenso e compatto, a forma di "muffoletta", rotondo o a filone, che sia cibo da abbinare o ingrediente di una ricetta, il pane è al centro della cucina italiana e più che mai di quella siciliana. Le ragioni di questo sono innanzitutto storiche e vanno ricercate nell'identità profondamente agricola dell'isola.

La Sicilia è stata per secoli il granaio di Roma e da allora mantiene con il pane un rapporto molto stretto. Tra il I e II secolo d.C. l'isola pareva un unico grande campo di grani autoctoni, risorsa vitale per tutto l'Impero: più di tre milioni di quintali di frumento venivano spediti a Roma ogni anno, per sfamare la plebe. Lo si consumava abitualmente sia in forma di *puls*, brodaglia di grano e farro spezzato, sia di focacce e pani azzimi cotti nei forni a legna dell'Urbe.

Ogni popolo che abbia attraversato la storia di questa terra nel cuore del Mediterraneo ha lasciato traccia di sé nella tradizione dell'arte bianca: dagli Arabi ai Normanni, dai Francesi agli Spagnoli e ancor prima, andando a ritroso, dai Greci ai Fenici, ai Siculi, tutti hanno contribuito a definire il suo patrimonio gastronomico.

Su filoni e "mafalde" o "mafaldine", i pani soffici siciliani, viene da secoli spolverizzata la "giuggiulena" ovvero il sesamo: un retaggio della cucina araba, che arricchisce i suoi pani con l'aromatico sesamo tostato. I Francesi, con il regale abbinamento tra una crosta croccante a base di farina e il suo ripieno, hanno portato i piatti *en*

1

1 Campo di grano sulle Madonie presso Alimena (TP).

croûte, in crosta. Questa tradizione, unita a quella del *gateau*, o "gattò", e a numerose ricette di origine spagnola e borbonica, è all'origine dell'identità multiforme dei timballi siciliani e in particolare delle "scacce", o focacce, ben radicata nella Sicilia orientale.
Con tali preparazioni, non molto diverse dalle *empanadas* spagnole e sudamericane, gli Spagnoli hanno lasciato un'eredità importante, così come con i dolci ripieni e con il cioccolato.
Per secoli il pane è stato il cibo della sussistenza, l'ingrediente base della cucina e l'originario street food siciliano. Una "muffoletta" con lo sgombro, una ciabattina con le interiora, una rosetta ripiena di

PER SECOLI IL PANE È STATO IL CIBO DELLA SUSSISTENZA, L'INGREDIENTE BASE DELLA CUCINA E L'ORIGINARIO **STREET FOOD** SICILIANO.

1

2

1 Il pane al mercato del Capo, Palermo. 2 Lo sfincione.

polpette di carne di cavallo, una semplice fetta di pane di grano duro con olio, origano, pomodoro strusciato e acciughe oppure una "scaccia" ripiena di cipolle: nelle sue mille declinazioni, è il panino che regna sulla cultura gastronomica isolana di terra e di mare.
I pescatori dello Stretto di Messina ricordano l'abitudine di strofinare due fette di pane a una sarda salata, appesa nella cabina, per evocare il sapore del pesce in tempi di magra.
A Palermo il "pani ca' meusa" e le panelle sono piatti icona della città. La milza, o "meusa", viene cotta in grandi tegami di metallo lungo le strade: insieme alla ricotta di pecora passata a setaccio e a una strizzata di limone, meglio se Verdello siciliano verace, compone la farcia. Ma anche le saporite panelle fritte, di farina di ceci, e le golose "crocchè", o crocchette di patate, diventano il ripieno di panini soffici e gustosi, di nuovo con l'aggiunta di qualche goccia di limone.
Il sapore dei grani siciliani, arsi dal sole, è intenso e tostato. Su pani, focacce e pizze l'olio extravergine d'oliva, i pomodori e l'origano si sposano con naturalezza e grande intensità. Il pane nero di Castelvetrano – ricco di Tumminia, un antico grano isolano – profuma di fieno e si abbina in modo perfetto al gusto di mandorla e buccia di pomodoro tipico degli oli di Biancolilla, Nocellara del Belice e Cerasuola, autoctoni della zona.
Pizze, focacce, "sfincioni" palermitani, "scacce" modicane e in generale tutti i "pani cunzàti", o conditi, si fondano sull'incontro fortunato di sapori contadini semplici e diretti, ingredienti poveri ma intensi.
Sulle pizze, in bella mostra, o nascosti nelle pieghe degli "sfincioni", sbucano le acciughe salate, il formaggio Ragusano DOP, le provole dolci delle Madonie, il pungente e sapido Pecorino siciliano, i pomodorini seccati al sole, l'estratto di pomodoro e poi olive verdi, cipolle dolci di Giarratana, erbe aromatiche. Un sontuoso tripudio mediterraneo.

3 Panellaro a Mondello, Palermo. **4** Panino espresso al mercato di Ortigia, Siracusa.

1 Altare del pane, Vita (TP). **2** Panificio a Favignana (TP).

Possiamo parlare di tutto, del sole, del mare, dell'Etna e delle persone, ma il tesoro più prezioso che potete trovare in Sicilia è il pane!

(O.P. - Twitter)

3 Sfincionaro sulle strade del Monte Pellegrino, Palermo. 4 Semi di grano, Alimena (PA).