

## pasta con alici e finocchietto selvatico

Scritto da Administrator

Lunedì 03 Giugno 2013 14:51 - Ultimo aggiornamento Lunedì 03 Giugno 2013 15:45

---



Pasta con le alici, finocchietto selvatico, pinoli e pangrattato.

La ricetta originale prevede le sarde, ed è un piatto tipico della cucina siciliana e palermitana in particolare, inserito nella lista dei prodotti agroalimentari tradizionali italiani (P.A.T) del Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali (Mipaaf).

È un piatto stagionale, infatti si può preparare da marzo a settembre e cioè nell'unico periodo dell'anno in cui si trovano al mercato le sarde fresche ed è possibile raccogliere nei campi il finocchio selvatico.

Questa meraviglia della cucina siciliana sembra essere nata per caso durante l'assedio degli arabi in Sicilia. Si racconta che l'addetto al nutrimento dell'esercito del generale Eufemio non avendo a disposizione altro che pasta e sarde, peraltro non molto fresche, utilizzò quello che la natura intorno gli offriva, cioè i finocchietti selvatici che crescevano spontaneamente e che, oltre ad essere molto gustosi, con il forte odore caratteristico attenuava quello poco gradevole delle sarde. Aggiunse pure i pinoli, che a quei tempi venivano ritenuti una panacea per le intossicazioni alimentari, scongiurando così gli inconvenienti che potevano derivare dall'ingestione del pesce da lui utilizzato.

Esistono molte varianti. Una tra le più importanti è la pasta con le sarde alla trappitara, ricetta gelosamente custodita da famiglie marinare di Trappeto (PA).

Ingredienti per la mia ricetta per quattro persone:

500 g di alici fresche, 400 g di bucatini o paccheri, 500 g di finocchietto selvatico, 2 cipolle medie o 1 cipolla piuttosto grossa, 3 acciughe sotto sale, 50 g di uva passolina e altrettanti di pinoli, una bustina di zafferano, pangrattato, olio, sale e pepe.

## **pasta con alici e finocchietto selvatico**

Scritto da Administrator

Lunedì 03 Giugno 2013 14:51 - Ultimo aggiornamento Lunedì 03 Giugno 2013 15:45

---

Lessare per una ventina di minuti il finocchietto in tanta acqua salata, quanta ne servirà poi per la pasta, scolarlo e tritarlo. Tenere da parte l'acqua. Rosolare in un tegame le cipolle finemente affettate fino a leggerissima coloritura e unire quindi le alici fresche pulite e spinate, il finocchietto tritato, l'uva passolina (rinvenuta in acqua tiepida per mezz'ora), i pinoli, sale e pepe. Cuocere a fuoco basso, mescolando, per amalgamare la salsa.

Dopo circa 10,15 minuti, unire le acciughe che sono state dissalate, lavate, asciugate e mescolare finchè si sciolgono. Sempre mescolando unire una bustina di zafferano, sciolto con un po' dell'acqua di cottura del finocchietto. Mettere intanto a cuocere la pasta nell'acqua di cottura dei finocchietti. Scolarla al dente e unirla al condimento. Per ultimo cospargere con il pangrattato che avrete tostato in un padellino antiaderente senza olio. Lasciare riposare per qualche minuto prima di servire.

### **Varianti**

Esistono 2 varianti principali quella della zona palermitana cosiddetta "in bianco" senza aggiunta di sugo di pomodoro, e un'altra diffusa nell'agrigentino in cui è previsto il concentrato di pomodoro nella fase di preparazione.