



Muffuletta siciliana, il pane antico protagonista di molte tradizioni locali

Il suo nome varia a seconda delle province siciliane così come il periodo di preparazione. A Naro, un paesino in provincia di Agrigento, si chiama *muffuliettu* ed è legato alla sacralità della festa dell'Immacolata.



Muffuletta siciliana (Foto © Veronica Barbara).

La **muffuletta siciliana** o **muffoletta** è un tipico **panino rotondo** dalla consistenza spugnosa, impastato con **semi di finocchio** o "*cimulu dunci*", in dialetto siciliano. Generalmente viene servito caldo, tagliato a metà, e condito semplicemente con olio extravergine d'oliva, sale e peroncino (se gradito) ma può essere accompagnato anche con pomodori secchi (cchiappi in siciliano), sarde salate, formaggio, tonno, mortadella e salumi vari.

In tutta la Sicilia esistono almeno **nove varianti** della muffuletta ed esse vengono consumate in diversi momenti dell'anno. Il loro nome cambia a seconda della zona e quindi avremo, ad esempio, "*A muffuletta*" nel palermitano, "*Umuffulittu*" nel nisseno o "*Muffuliettu*" nel narese, in provincia di Agrigento. In quest'ultima località, ad esempio, è un soprattutto il **pane tipico della festa dell'Immacolata** e già dal sette dicembre compare sulle tavole.

Nelle altre località della Sicilia, invece, si propone nel giorno di San Martino, insieme a del buon vino novello, o il giorno dei Morti o del Corpus Domini.

Storia e origini della muffuletta siciliana

Sulle origini di questo pane particolare, ci sono ipotesi contrastanti. Quella più accreditata vuole che a portarlo in Sicilia furono le truppe di **Federico II di Svevia**, circa ottocento anni fa. Sembra che si trattasse di **focaccine di pane azzimo** o "muffin" (secondo un termine sassone) e – per

favorire la loro conservazione durante le lunghe ed estenuanti campagne militari – venisse aggiunto il “cumino dei prati” o “falso anice”. Un’altra ipotesi riconduce l’etimologia del nome al termine francese “*mouflette*” o molle, in riferimento alla consistenza soffice del prodotto.

La tradizione del *Muffuliettu* a Naro (AG)



Muffulettu appena sfornata e un’altra condita (Foto © Veronica Barbara).

Ogni anno, nelle giornate del sette e otto dicembre, ogni abitante di Naro fa la scorta di *muffulietti* presso il forno di fiducia per mangiarli in casa con la propria famiglia ma la tradizione è anche legata alla religione. Infatti, i panini di Naro vengono benedetti e distribuiti in Chiesa, alla fine della messa. Gli stessi panettieri li donano in abbondanza praticando un gesto di generosità verso i propri compaesani ma, soprattutto, di amore verso “*a beddra matri ‘Mmaculata*” (Maria Santissima Immacolata).

Ricetta del “Muffuliettu” narese

Categoria: [lievitati](#)

Difficoltà: media

Costo: basso

Dosi: 6 persone

Tempo totale di preparazione: circa due ore e mezza

Ingredienti

- 1 Kg di farina di grano duro

- 1 cubetto di lievito di birra
- Sale q.b.
- Una manciata di semi di finocchio
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Acqua q.b. (dovrebbe essere sufficiente circa mezzo litro)

Procedimento

1. Versare la farina sul piano di lavoro, creando una fontana.
2. Sciogliere il lievito con poca acqua tiepida e inglobare la farina. Aggiungere gradualmente gli altri ingredienti, cercando di ottenere un impasto morbido che non si appiccichi alle mani.
3. Terminato l'impasto, tagliare dei pezzi irregolari di circa 10 cm (non è importante essere precisi). Con un kg di farina, verranno fuori circa sei pezzi.
4. Far lievitare e, quando i panini avranno raggiunto circa il doppio del loro volume, mettere in forno preriscaldato a 200°C finché non saranno colorati.
5. Condire e servire.

Ricetta inviata da Veronica Barbara

Data di creazione

29/12/2017

Autore

redazione