

Seadas

La Seadas, chiamata anche Sebadas, Sebada, Seatta, Sevada, Sabada, Casgiolata, è uno dei dolci sardi più famosi nel mondo, diffuso in tutto il territorio regionale. La tradizione vuole che le donne, vestite a festa, la offrirono ai loro mariti quando in primavera questi rientravano con le pecore dal lungo periodo trascorso nelle pianure sarde. Il suo nome pare che derivi dalla parola latina sebum, o anche perché in sardo si chiama seu il grasso animale (ozu seu) che viene usato per fabbricare candele, la cui lucentezza ricorda appunto quella donata a questo dolce dal miele.



LA RICETTA DI ASSAGGIA

INGREDIENTI

- 500 gr di farina bianca
- 400 gr di formaggio di pecora fresco acidulo
- 50 gr di strutto
- poca semola
- mezzo limone non trattato
- miele amaro
- olio per friggere
- sale

PROCEDIMENTO

Tagliate a pezzi il formaggio e fatelo sciogliere in una pentola, poi unite il limone grattugiato. Il formaggio utilizzato deve avere la giusta acidità, per questo tenetelo fuori dal frigo, una volta acquistato, e assaggiatelo per sentire che abbia raggiunto il giusto gusto. Inumidite un ripiano di legno, prendete dalla pentola dei pezzi di formaggio ormai fuso, fate delle palline, poggiatele sul ripiano umido e schiacciatele fino a dargli una forma piana e rotonda. In una ciotola preparate la pasta: versate la semola con acqua tiepida, sale e strutto, lavorate bene l'impasto fino a che risulti elastico ed omogeneo e lasciatelo riposare per almeno 30 minuti in frigo. In seguito stendete l'impasto con il mattarello fino ad ottenere una sfoglia fine. A questo punto create le Seadas: sulla sfoglia, tagliata in dischi, mettete il formaggio e ricoprite con un altro disco di sfoglia. Chiudetele bene tutte intorno e tagliate la parte di pasta in eccesso. Friggetele in abbondante olio bollente e servitele ben calde, cosparse di miele o zucchero.