Sospiri

I Sospiri Sardi o **Suspìrus** sono deliziose praline dal gusto molto dolce e aromatico, di morbida pasta di mandorle, ricoperte da una leggera glassa di zucchero. Pur essendo preparati in tutta l'isola con nomi diversi (nel nord ad esempio si chiamano Guèffus) questi particolari biscotti sono originari della cittadina di Ozieri, nel sassarese, dove si cucinavano in occasione del Natale. Questi bon bon fanno parte della tradizione sarda fin dal 1800 e venivano offerti, accompagnati da liquori locali, per celebrare feste familiari come matrimoni o battesimi. Venivano sempre lavorati con ingredienti stagionali, semplici e genuini, ed è questo il motivo per cui se ne trovano infinite varianti. Ancora oggi, vengono confezionati avvolti nella carta velina colorata.

LA RICETTA DI ASSAGGIA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 200 g di mandorle
- 200 g di zucchero
- 2 albumi
- poca farina bianca
- 1 bustina di vanillina

PROCEDIMENTO

Immergete in acqua bollente le mandorle, per poi pelarle e tritarle finemente. Montate a neve ben ferma i due albumi, unite lo zucchero, la vanillina e le mandorle. Mescolate delicatamente fino a quando il composto risulterà ben legato. Disponete l'impasto a cucchiaiate su una placca infarinata distanziando bene i suspìrus fra loro poiché cuocendo si gonfieranno.

Infornate a calore moderato (150 °C). Non appena i dolcetti avranno preso un bel colore dorato, sfornateli e lasciateli raffreddare. Per concludere, immergeteli nella glassa preparata con zucchero a velo e succo di limone e lasciateli riposare finché non si formerà la caratteristica crosticina sottile.