

La cucina sassarese

Sassari è una città che si trova nel nord Sardegna, ricca di storia, tradizioni ma anche sapori. La città ha una parte antica, caratterizzata da borghi medievali e vie strette, dove la cultura della cucina sassarese spicca in particolar modo con piccoli ristoranti che esaltano e rivisitano le antiche ricette.



La cucina sassarese, è composta da molti piatti fortemente legati alla tradizione contadina, base di verdure o parti meno pregiate degli animali.



Primi piatti

- ▣ Mineshtra'e fagioru: zuppa con fagioli, patate, lardo, finocchietto selvatico e pomodori secchi.
- ▣ I giggioni: gnocchi conditi con sugo al pomodoro e salsiccia fresca.
- ▣ La favata: un piatto detto povero ma tutt'altro che leggero, è una zuppa a base di fave secche, cavolo, finocchio e insaporita da carne di maiale, è specialmente preparata nel periodo di carnevale



Secondi piatti

- ▮ La cordula: interiora di agnello avvolte nell'intestino e cotte con piselli, cipolle e salsa di pomodoro, può essere anche cotta semplicemente sulla brace
- ▮ Lo ziminu: interiora di vitello lasciate marinare alcune ore, poi cotte in graticola sulla brace
- ▮ Pedit d'agnoni: piedini d'agnello cotti con aglio e prezzemolo o in salsa di pomodoro con abbondante aglio e aceto.
- ▮ Trippa, cotta nel sugo di pomodoro, condita con abbondante pecorino grattugiato



Sassari, non essendo un centro costiero non ha una tradizione nei piatti a base di pesce, però fanno eccezione l'anguilla, cotta sulla brace dopo essere stata marinata e le sardine anche loro cotte sulla brace.

Ma la vera specialità sassarese sono le lumache, preparate in modo diverso a seconda del tipo e della grandezza:

- ciogga minudda: lumachine lessate con le patate
- ciogga grossa: lumache preparate con un sugo piccante o con aglio e prezzemolo e pane grattugiato
- coccoi: lumaconi serviti ripieni di un impasto di formaggio, uova, prezzemolo e pangrattato
- monzette: riconosciute dal guscio verdastro, vengono cotte in padella con olio d'oliva, aglio, prezzemolo e pangrattato o semplicemente cotti al forno



Dolci sassaresi

- ❑ Papassine: composto da uva sultanina, mandorle tostate, semi d'anice, farine, zucchero, strutto e uova
- ❑ Amaretti: composto da mandorle, zucchero e miele
- ❑ Formagelle e Ricotelle: composto da formaggio o ricotta freschi di pecora

