

Che cosa sono, precisamente, le sgute calabresi e perché non possiamo farne a meno



Sgute calabresi
di Federica Gatto

La Santa Pasqua è ormai alle porte e nella tradizione culinaria del profondo Sud non possono certamente mancare dolci prelibatezze da portare in tavola. Per le massaie calabresi la Settimana Santa è particolarmente intensa, le cucine si inondano di profumi e la preparazione di dolci della tradizione diviene un rito che si ripete nel tempo.



Sgute calabresi



Sgute calabresi

Ad aprire le danze saranno le famose “Sgute pasquali”. Le Sgute, sono dolci tipici del reggino ma vengono preparati più o meno in tutto il territorio regionale, hanno presumibilmente origini orientali e sono il simbolo per eccellenza della fine del digiuno di Quaresima. Uova, zucchero, farina e una tradizione infinita tramandata da madre in figlia. Le sapienti mani delle mamme e delle nonne calabresi, modelleranno la “pasta” secondo la propria maestria e porteranno a tavola delle vere e proprie opere d’arte delle forme più svariate: cestini, pesci, trecce, colombe, cuori. Forme diverse ma tutte con la stessa peculiarità: la presenza dell’uovo sodo al centro, rigorosamente in numero dispari, ed i diavoletti colorati. Due elementi che simboleggiano la resurrezione del Signore e l’abbondanza.



Sgute calabresi



Sgute calabresi

Sgute calabresi

Ricetta di Federica Gatto



Ingredienti per 1 Kg persone

- Ricetta per un chilo di sgute
- 1 kg di farina "00"
- 350 gr di zucchero
- 300 gr di burro
- 1 bustina di lievito per dolci
- 1 bustine di vanillina
- 1 bicchierino di Vermut o liquore strega
- buccia di limone o arancia grattugiata
- 4 uova intere
- latte q.b
- * diavoletti colorati
- Uova sode

Preparazione

In una ciotola rompete le uova con lo zucchero e amalgamate, aggiungete poco alla volta la farina setacciata, il lievito, la vanillina, il burro (precedentemente sciolto), il latte e il liquore; impastate energicamente fino ad ottenere un impasto liscio e sodo. Stendete l'impasto e ritagliatelo nelle forme desiderate. Inserite le uova precedentemente bollite (ricordatevi sempre in numero dispari) e coprite con strisce di frolla in modo da nasconderle; quindi spennellate le vostre "opere d'arte" con l'uovo e saranno pronte per la cottura.

Preriscaldate il forno a 180° e inserite le sgute che in circa 20 minuti saranno pronte per

essere sfornate.