

Gnocco avellinese con ragù di carne.

Una ricetta tradizionale della città di Avellino: pasta fatta a mano la cui forma ricorda le “strascinate”. Un primo piatto davvero regale accompagnato da un ottimo ragù.

Ingredienti per 4 persone:

500 g di farina 00

250 g ca. di acqua a temperatura ambiente

Per il ragù di vitello:

1 lt di passata di pomodoro

1 braciola di carne

1 cotechino

qualche costina di maiale

1 grossa cipolla

olio evo

Prezzemolo, menta, aglio, pecorino e parmigiano grattugiato per il ripieno della braciola.

Ho preparato questa ricetta in occasione della mia prima puntata in collaborazione con Irpinia Tv. Mi è sembrato bello recuperare una tradizione della città in cui vivo.

Prima di oggi non li avevo mai preparati né mai avevo visto farli da qualcuno. Quindi, mi sono rivolta ad un ristoratore di Avellino, Enrico (“Antica trattoria da Martella”), che li prepara da moltissimi anni.

Per una settimana non ho fatto altro che impastare (e mangiare) gnocchi avellinesi! Avevo paura di fare una brutta figura proprio alla prima puntata!

Ero un po’ reticente sull’utilizzo esclusivo della farina 00 ma devo essere onesta: sono buonissimi, proprio per la loro caratteristica di essere pronti in un minuto o due di cottura. Leggerissimi ma al tempo stesso corposi e consistenti, accompagnati da un ragù che è venuto uno spettacolo!

Preparazione: impastiamo la farina con l’acqua a temperatura ambiente. Se fa freddissimo la riscaldiamo appena. Più o meno occorreranno 250/260 g di acqua.

Facciamo riposare l’impasto una mezz’oretta. Tagliamo dei filoncini e stacciamo dei pezzi di due o tre cm. Più grossi li facciamo, meno tempo impiegheremo a prepararli. Caviamo con il coltello come nel video, tenendo il pezzetto in orizzontale o in verticale.



www.antoniettapolcaro.it

Mettiamoli ad asciugare in un vassoio ricoperto da un velo di farina di semola. Lasciamoli asciugare un'oretta o due.

Nel frattempo, avremo preparato il sugo, mettendo a soffriggere l'olio con la cipolla per qualche minuto. Dopodiché, aggiungiamo la carne e facciamola colorire da tutti i lati. Infine versiamo la salsa con un'abbondante tazza di acqua e portiamo ad ebollizione, facendo cuocere a lungo.

Se vogliamo conservare per più di qualche ora gli gnocchi, ricopriamoli con uno strofinaccio umido.