

Di pane e di insalate: Su Civraxiu ripieno

Su Civraxiu è un pane tipico della Sardegna e ho assistito spesso alla sua preparazione sin da quando avevo otto anni. A quei tempi la mia famiglia aveva preso in affitto e successivamente acquistato una casa in collina a sette km dalla meravigliosa spiaggia di Solanas (nella costa sud-orientale). La località in questione è Su Reu, sconosciuta, leggermente isolata ma un paradiso per la pace e il clima. Ho visto preparare questo e altri tipi di pane da Zia Maria e spesso mi lasciava dare una mano.

Su Civraxiu

- 750 g semola rimacinata
- 250 g farina 00
- 100 g frammentu
- 20 g sale
- 600 ml abbondanti di acqua a temperatura ambiente (io ne ho aggiunta ancora)

Su frammentu è un lievito naturale ricavato dall'impasto precedente. Deve essere conservato in ambiente fresco e può essere messo anche nel congelatore, va fatto scongelare e riportato a temperatura ambiente prima di essere utilizzato.

Io lo tiro fuori la sera prima. E' come un pre impasto per cui potete eventualmente prepararlo la sera prima utilizzando il lievito che usate solitamente.

Ho spezzato su frammentu e l'ho impastato con la farina e l'acqua a temperatura ambiente aggiungendola poco alla volta. Ho aggiunto il sale e continuato a impastare (nella prima parte) "ciuxendi" facendo scorrere l'impasto con il palmo della mano allargandolo e formando una sorta di corona nei bordi. Alla fine quando l'impasto era quasi pronto, ho iniziato a lavorarlo con i pugni "spongiai".

Ho spezzato l'impasto e formato tre palle, chiuse le forme in altrettanti canovacci cosparsi di semola e sistemati in un contenitore.

Ho messo a lievitare sino al raddoppio.

Ho acceso il forno statico a 250° e ho sistemato i pani sulla leccarda del forno un po' più in basso rispetto al piano medio. Dopo mezz'ora ho abbassato a 230° e dopo dieci minuti ho socchiuso la porta del forno.

Ho sfornato e lasciato raffreddare su una gratella.

Quando il pane si è raffreddato, ho tagliato l'estremità superiore, eliminato la mollica e iniziato a preparare il ripieno.

Ingredienti

- Cupettone o lattuga ghiaccio
- Carote
- Pomodorini
- Foglioline di basilico
- La mollica de su Civraxiu
- Pistacchi tostati e salati
- Scaglie di Parmigiano Reggiano
- Olio
- sale
- Aceto balsamico

Procedimento

Ho passato al forno la mollica del pane, tagliata a dadini e spolverata leggermente con Parmigiano Reggiano grattugiato finemente.

Ho lavato le verdure. Affettato il cupettone a lista delle non troppo sottili.

Con un coltello ho affettato sottilmente le carote per la lunghezza.

Ho sistemato le verdure e le foglioline di basilico in un'insalatiera, le ho condite con olio extravergine d'oliva, un pizzico di sale e qualche goccia di aceto balsamico.

Ho mescolato per bene. Ho aggiunto i pistacchi, i crostini e le scaglie di Parmigiano.

Ho infine versato l'insalata all'interno de su Civraxiu.