

SU PANI FRATTAU CON SUGO DI POMODORO



La storia di *su pani frattau* è simile a quella di altre zuppe di pane della [Sardegna](#), come la *supa cuata* della Gallura e *su mazzamuru* o *is Suppas* del Campidano, dove gli ingredienti in comune sono pane, di varie tipologie secondo le zone dell'Isola, abbondante formaggio pecorino e, secondo le aree, con l'aggiunta o meno di sugo di pomodoro. Il nome del piatto, pane *frattau* o "rotto a pezzetti" sembra derivare dal fatto che la ricetta nasce per riciclare i piccoli pezzi e le briciole di pane carasau avanzati, poi sbollentati e conditi con altri avanzi, olio, formaggio e pomodoro.



Facile



45'



Piatto Unico

INGREDIENTI (4 PERSONE)

- 700 gr [Passata 700 g](#)
- 1 cucchiaio Aceto per le uova in camicia
- q.b. Acqua
- 500 ml Brodo di pecora (sostituibile con brodo di carne o vegetale, in mancanza di questi, con acqua calda. In ogni caso consiglio di aggiungere qualche pistillo di zafferano nel brodo o acqua)
- 300 gr Pane carasau
- 100 gr Pecorino sardo (io utilizzo uno semi-stagionato)
- 4 Uova

Per il condimento

- 1 spicchio Aglio
- qualche foglia Basilico tritato
- 1 Cipolla tritata finemente
- 2 cucchiaini Olio extravergine d'oliva
- qualche foglia Prezzemolo tritato
- qualche pistillo Zafferano

PRODOTTO USATO PER QUESTA RICETTA:



PREPARAZIONE

del sugo

1. In un tegame versare qualche cucchiaio di olio extravergine d'oliva e rosolare la cipolla con lo spicchio d'aglio.
2. Aggiungere prezzemolo e basilico. Unire la passata De Rica e un pizzico di sale.
3. Coprire e cuocere per circa 15/20 minuti a fiamma bassa.

de su Pani Frattau

1. Preparare 4 piatti. In ognuno di essi fare un fondo con uno o due cucchiaini di sugo di pomodoro. Grattugiare sopra un po' di pecorino.
2. Spezzare il pane carasau e immergere velocemente un pezzo alla volta nel brodo; poi sistemare sui piatti.
3. Versare qualche cucchiainata di sugo, spolverare con pecorino grattugiato.
4. Ripetere il procedimento sino a formare 4/5 strati per piatto.
5. Una volta arrivati all'ultimo strato condito con sugo di pomodoro e pecorino preparare le uova in camicia, una alla volta e disporle sulla cima degli strati.

delle uova in camicia

1. Preparare le uova in camicia una alla volta.
2. Far bollire l'acqua in un tegame capiente. Versare un cucchiaino di aceto nell'acqua.
3. Rompere un uovo e versarlo in una ciotola.
4. Con un cucchiaino formare un vortice nell'acqua.
5. Versare delicatamente l'uovo nel vortice.
6. Far cuocere per tre minuti, scolare e mettere sugli strati di pane frattau.
7. Ripetere il procedimento per le altre uova.

Buon appetito!

© 2024 Consorzio Casalasco del Pomodoro Soc.Agr.Coop. C.F. e P.IVA e Reg. Imprese: 00325250199 - R.E.A. CR 98044