

## LABORATORIO LE MANI IN PASTA – 22 marzo 2025



Ci sono eventi che col tempo si sono trasformati in appuntamenti ricorrenti, attesi dagli amici del Nuraghe.

Uno di questi è l'appuntamento con le *mani in pasta*, giunto quest'anno alla sua quinta edizione, sotto il patrocinio della R.A.S. e della Federazione dei Circoli Sardi in Svizzera.

Quando abbiamo organizzato la prima edizione non avevamo pensato a un tale successo, e così, nel corso degli anni abbiamo sviluppato il concetto e proposto un laboratorio accompagnato da un momento storico culturale che lo contestualizzasse nelle culture e nelle diverse situazioni geografiche della Sardegna.

Questa contestualizzazione ci ha permesso in primo luogo di effettuare un viaggio gustativo attraverso la peculiare gastronomia sarda, che si trattasse di primi, secondi o dolci.

E così ci siamo avventurati in Ogliastra con i *cullurgiones*, in Campidano con i *malloreddus*, nella Sardegna settentrionale con *panadas* e *papassini/e*, in Barbagia con *Su Filindeu* e quest'anno con *Is Tzippullasa*, il 22 marzo, in una bellissima giornata soleggiata, abbiamo festeggiato il Carnevale.

Ad onor del vero, bisogna dire che da anni Maria e Damiana, spalleggiate da Tonino e Daniela, originari dell'oristanese, ci fanno gustare le loro fantastiche *Is Tzippullasa*, preparate

e fritte in casa. Perché invece non approfittare della loro maestria e della ricetta tramandata di madre in figlia e finalmente imparare e realizzare questa vivissima tradizione?

A differenza di specialità veramente identitarie di una zona, come per esempio *Su Filindeu* in Barbagia e i *cullurgiones* in Ogliastra, si potrebbe affermare che *Is Tzippullasa* dovrebbero essere considerate come uno dei tanti patrimoni immateriali della Sardegna, tanto sono ancorate nella nostra cultura e la loro evocazione permette a noi sardi fuori sede di rivivere e ricordare momenti piacevoli e spensierati, poco importa che si sia oristanesi, sassaresi, cagliaritari o altro, come ha spiegato Roberta nella sua breve presentazione.

Se *Is Tzippullasa* risalgono addirittura all'epoca romana, pochi sono stati i cambiamenti che hanno subito. Infatti, variano da zona a zona essenzialmente nella forma, pochissimo negli ingredienti e mai nel periodo dell'anno in cui si preparano, appunto il periodo del Carnevale.

E dopo un po' di storia, via libera al laboratorio che ha permesso a tutti i presenti di mettere "*le mani in pasta*" nelle diverse fasi della lavorazione. nell'attesa

I partecipanti hanno dovuto aspettare la fine del copioso pranzo a base di *fave e lardo*, organizzato da Antonio, Angelo e Gavino, cuochi storici del Nuraghe, anche questo all'insegna della tradizione del Carnevale sardo, prima di poterle finalmente mangiare leccandosi ovviamente le dita.

Un altro laboratorio che ha unito nel buon umore tutti i partecipanti, che si sono già prenotati per il prossimo laboratorio.

Roberta Pilia

Adetta stampa

Losanna, il 14 aprile 2025