

Un Viaggio nel Tempo con i Sapori della Gallura!

Il giorno 8° aprile 2025 nelle mense delle scuole di Loiri Porto San Paolo ci sarà la
Giornata con i menu tipici Galluresi

Ciao bambini! Oggi faremo un viaggio speciale... un viaggio nel tempo, direttamente nella Gallura, una bellissima zona della Sardegna! Il Comune di Loiri Porto San Paolo e la Cooperativa Solaria hanno organizzato delle giornate per farci scoprire i cibi che mangiavano i nostri nonni e bisnonni.

Perché è importante conoscere i cibi di una volta?

Perché ogni cibo racconta una storia! È come un tesoro nascosto che ci parla delle nostre origini, di come vivevano le persone tanto tempo fa e di come utilizzavano i prodotti della loro terra. Mangiare questi cibi è come ascoltare una favola antica!

Cosa mangeremo oggi?

Oggi assaggeremo due piatti super gustosi:

"Risù cu la pulpedda" (Riso con la polpa di maiale): Immaginate una festa in famiglia, quando tutti si riunivano per preparare la salsiccia! Questo piatto era un modo per festeggiare insieme. La "pulpedda" è la carne del maiale che viene usata per fare la salsiccia. Poi ci mettono pomodori, profumi buonissimi e tanto riso! Questo piatto si preparava in autunno, quando le famiglie si aiutavano a macellare il maiale per fare salami, salsicce e prosciutti per tutto l'anno. Era un modo per non sprecare niente e avere sempre cibo buono in casa!



- **Curiosità!** Ancora oggi, alcune famiglie in Gallura mantengono questa tradizione e si aiutano a vicenda. È un po' come un super potere dell'amicizia e della collaborazione!

"Panadas di carne": Immaginate un piccolo scugno fatto di pasta, ripieno di tesori gustosi! La panada è nata in un paese chiamato Oschiri (ma anche in altri paesi della Sardegna). Il suo nome viene dal latino "panem", che significa pane. Tanto tempo fa, anche gli antichi Romani preparavano cibi avvolti nella pasta! Le panadas sono come delle cugine delle "empanadas" spagnole, che sono tortine ripiene di carne e verdure.



- **Che cosa c'è dentro la panada?** Di solito carne di agnello (soprattutto a Pasqua), ma anche di maiale o addirittura di anguilla, un pesce che vive nei fiumi! Le nonne preparavano le panadas per le feste più importanti, come i matrimoni o la Pasqua, e si tramandavano la ricetta di madre in figlia.
- **Curiosità!** Le panadas più speciali erano quelle con l'anguilla, che veniva pescata nel lago Coghinas! E quasi tutte le famiglie avevano un maiale in cortile o in campagna, che poi diventava un ingrediente speciale per le panadas.

Speriamo che questo viaggio nel tempo vi sia piaciuto! Buon appetito e... ricordatevi di chiedere ai vostri nonni quali cibi mangiavano quando erano piccoli! Forse scoprirete altre storie



COMUNE DI LOIRI PORTO SAN PAOLO



SOLARIA SOCIETA' COOPERATIVA