BRÚJULA COTIDIANA
Director Riccardo Cascioli
HECHOS PARA LA VERDAD

LA RECETA

CIRIOLE AL ESTILO TERNANO

CULTURA 13_02_2021

Las *ciriole* son un tipo de pasta que se obtiene simplemente de la mezcla de harina y agua y que se trabaja a mano para obtener una especie de pequeñas “serpientes” muy finas. En otras zonas de Umbría se llaman “strangozzi”, y en Toscana “pici”. Se pueden condimentar de varias maneras (con berenjenas, con queso *ricotta*, con anchoas, con salchicha, etc.), pero la receta típica de Terni incluye una buena y sencilla salsa de

tomate, excelente también para los vegetarianos. Aquí está.

Ingredientes para 6 personas:

Para la pasta
500 gr de harina
Agua

Para la salsa
1 diente de ajo
500 g de tomates picados (frescos o en conserva)
1 chile picante picado
4 cucharadas de aceite de oliva
Unas hojas de albahaca fresca
Sal
Pimienta

Para preparar la salsa:

Picar la guindilla fresca y el ajo. Pasar la mezcla picada a una cacerola, añadir el aceite de oliva, mezclar bien y rehogar a fuego medio durante unos instantes. Bajar el fuego, añadir el tomate y cocinar durante una hora.

Para preparar la pasta:

Poner la harina en una tabla de cortar creando la clásica forma de fuente, añadir el agua poco a poco y empezar a amasar para obtener una **masa compacta y no pegajosa**. Para hacer las *ciriole*, trabajar la masa en pequeños trozos y extenderlos con las manos para obtener finas “serpientes” de masa.

Cocer la pasta en abundante agua con sal durante **2-3 minutos** como máximo, escurrirla y añadir la salsa de tomate. Decorar con perejil fresco (o albahaca, según el gusto: ¡yo lo prefiero!). Servir bien caliente.