

Lagane



A scuola di pasta fresca

Oggi mani in pasta! Preparo un taglio di pasta fresca che fa parte della mia tradizione calabrese: le lagane.

Praticamente sono quasi delle pappardelle ma senza uovo, come dicevo sono tipiche della parte nord della Calabria e anche della Basilicata. Normalmente si cucinano insieme ai legumi quali ceci o fagioli e sono buonissime!

Vi racconto come le facevo insieme alle mie nonne...

Ingredienti:

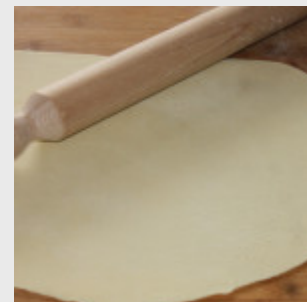
- 200 gr di semola di grano duro
- 100 gr di farina 00
- 160 gr di acqua
- 1 pizzico di sale

Procedimento:



Per prima cosa unisco le farine ed il sale, su una spianata di legno faccio la fontana con le polveri e piano piano aggiungo l'acqua al centro, inizio ad impastare fino ad ottenere un bell'impasto elastico e liscio, lo copro e lo lascio riposare per circa mezz'ora.

E' ora di impastare, mattarello in mano e via... prelevo un pezzetto di pasta, spolvero bene il tagliere per non far attaccare la pasta e inizio a stendere la sfoglia. La particolarità delle lagane è che la sfoglia non deve essere troppo fine, quindi arrivo ad uno spessore di circa 2-3 mm.



Stesa la sfoglia inizio ad arrotolarla su se stessa partendo da un lato e con un coltello non seghettato inizio a tagliare le striscioline di pasta, anche queste abbastanza larghe.

Srotolo il rotolino di pasta appena tagliato e lo infarino di nuovo bene. Procedo così per tutto l'impasto. dispongo la pasta ad asciugare sul tavolo creando dei nidi ed infarino ancora.



Le lagane si cucinano in acqua bollente per pochi minuti.

