

# Sarde salate



Sarde salate, prodotto tipico calabrese, molto antico, è più che altro un modo di conservare il pesce e farne scorte per l'inverno.

Spesso direttamente i pescatori, appena tornati a terra, conservavano per l'inverno il bottino appena pescato. Affidando il pesce a sale e peperoncino, lo mettevano a stagionare in caratteristici barattoli di creta, al fresco delle loro cantine.

Le sardine o sarde salate, così conservate sono ottime mangiate in purezza solo con un filo d'olio su una bella fetta di pane. Sono perfette per condire anche un primo piatto, ma sono anche ottime come base di un qualsiasi piatto di pesce per insaporire ed esaltarne il gusto e la sapidità.

## Metodo di lavorazione

La ricetta di questo prodotto, come dicevo, proviene da una tradizione molto antica. Altro non è che un antichissimo modo di conservare il pesce per l'inverno. La lavorazione del pesce in questo modo è tipica di Calabria e con qualche leggera modifica (loro non usano il peperone crusco, per esempio) anche della Campania. Famose sono infatti le alici sotto sale di Cetara in provincia di Salerno, da cui se ne ricava una buonissima colatura.

Tornando però alla nostra ricetta, questa prelibatezza si prepara prevalentemente tra marzo e settembre. Le sarde fresche di circa 12/13 cm pulite, eviscerate e decapitate si ripongono in caratteristici barattoloni di creta o di vetro, una accanto all'altra. Vengono ricoperte per ogni strato da abbondanti quantità di sale, e pepe rosso, mix di peperoni cruschi e un po' di peperoncini secchi macinati grossolanamente, e messe sotto peso.

Segue una stagionatura di qualche settimana, necessaria prima del consumo.

Queste qui sotto sono quelle che hanno preparato la mia mamma ed il mio papà!!! ☐

