

# Muffoletta siciliana, il viaggio di una storica pagnotta dall'Italia agli USA

scritto da Carmen Bilotta | 05/01/2018



**È considerato tra i pani più antichi nati nella culla della civiltà del grano; simbolo della gastronomia siciliana e oggi famosa in tutto il modo.**

La **muffoletta**, detta anche muffuletta, moffoletta, muffoletto, **muffulietta**, è una **fragrante pagnottella rotonda di grano tenero**, aromatizzata con i **semi di cumino**, conosciuti anche con il nome di **falso anice** e in Sicilia chiamati "*ciminu dunci*".

In alcune località, al posto del cumino, si usano i **semi di sesamo** e, se in certe zone, la muffoletta si presenta alta e bella soffice, con molta mollica, in altre la mollica è scarsa se non quasi del tutto assente e la pagnotta presenta una forma leggermente schiacciata.

## La muffoletta nelle tradizioni siciliane

Secondo la tradizione, questo pane viene consumato per colazione il 2 novembre, per la festa dei defunti e, ancora, il 7 dicembre, a pranzo e a cena, alla vigilia della festa dell'**Immacolata Concezione**, ricorrenza particolarmente sentita e molto festeggiata in tutta la Sicilia, che ricordiamolo, è terra di antiche tradizioni popolari.

I fornai siciliani, tra il 7 e l'8 dicembre, fanno quasi a gara per produrre le pagnottelle più morbide e fragranti. Ne sforneranno a centinaia e una volta vendute, saranno consumate ancora calde e condite a proprio piacimento e nel rispetto delle varie tradizioni gastronomiche locali. Solitamente sono farcite con le **sarde salate**, l'olio extravergine di oliva, le olive nere, il pepe e il caciocavallo in scaglie, oppure con la salsa a "sfincione". In alcune località non è raro trovarle con un ripieno di ricotta, tonno o sugna, salumi affettati di vario tipo e con la milza di bovino, come si è soliti fare a Palermo. In qualunque modo si scelga di farcirle e condirle, le muffolette saranno sempre accompagnate da un buon bicchiere di vino.

## Origine storica delle muffolette

La radice etimologica della parola sembra indirizzarci verso un'origine francese o sassone. In dialetto siciliano, la parola muffoletta significa "**pane molle e spugnoso**", una definizione che farebbe propendere per una derivazione del termine dal francese, lingua in cui la parola "mou" si traduce con "molle". Tuttavia, la stessa radice etimologica del nome muffoletta non ci consente di escludere la sua origine sassone. Nello specifico, il riferimento sarebbe il termine "*muffin*", piccola focaccia.

A tal proposito, l'ipotesi più accreditata vorrebbe che le soldatesse sveve, durante la loro permanenza in terra di Sicilia, avessero preso ad aromatizzare proprio con i semi di cumino il cibo che era nelle loro disponibilità e con questo anche il pane azzimo, che erano solite consumare. Questo per due ordini di motivi ben precisi: da una parte questa operazione consentiva loro di allungare i tempi di conservazione degli alimenti, e dall'altra rappresentava una buona strategia per coprire il sapore di alimenti evidentemente non sempre freschissimi e quasi mai di giornata.

Del resto è la stessa **medicina naturale** a considerare il cumino un ottimo rimedio naturale per molte affezioni di natura intestinale. A questo è da aggiungersi che questa spezia sembrerebbe favorire la montata latte nelle puerpere, il che verosimilmente spiegherebbe il perché della dedica di questo pane alla madonna.

## La tradizione delle vamparotte

Comunque stiano le cose, qualunque sia l'origine di questo pane di antichissima tradizione, quel che è certo è che i siciliani in occasione della ricorrenza dell'Immacolata Concezione, sono soliti gustarlo attorno alle "**vamparotte**", grandi falò accesi dai ragazzi dei vari rioni delle città o dei paesi, in occasione di una festa che si rinnova di anno in anno e che caratterizza in particolare la sera della vigilia del giorno dedicato alla Madonna.

Una tradizione quella delle "vamparotte" che sembra resistere nel tempo e che anzi, nonostante la scarsa coscienza ecologica di cui è tacciata da alcuni, è stata rilanciata con più vigore proprio negli ultimi anni. I ragazzi di ogni rione, costituiscono delle vere e proprie squadre che, per circa una settimana e in più punti dei paesi o delle città, si dedicano all'accatastamento di legna raccolta pin campagna o acquistata grazie alle offerte dei concittadini. La sera del 7 dicembre, tra le 19:00 e le 20:00, provvedono a dar fuoco a queste enormi vamparotte.

In questa occasione, negli ultimi anni, i ragazzi hanno preso ad offrire le muffolette alle tante persone che, a piedi o in auto, si spostano da un capo all'altro delle città per ammirare i fuochi. In qualche località, pare stia diffondendosi anche la consuetudine di distribuire oltre alle pagnottelle anche panettoni e altre specialità natalizie da consumare sempre festosamente.

## La muffoletta, dalla Sicilia agli USA

Nonostante le sue origini siciliane, attualmente la muffoletta ha acquistato un carattere internazionale e, da diverso tempo, veste perfino a stelle e strisce. Sono, infatti, tante ormai le città statunitensi, soprattutto le grandi metropoli, in cui non è difficile trovare lungo le strade dei fast food in grado di riproporre, accanto ai famosi "hot dogs" o "big cheese" anche i sapori e le tradizioni gastronomiche siciliane, in qualche caso rivisitate o contaminate con elementi di diversa provenienza.

Il "**muffuletta sandwich**", come è stata ribattezzata e riproposta la specialità siciliana, è oramai considerata un vero e proprio must negli USA, forse, addirittura, la più trendy delle golosità estere. Essa viene qui venduta con un ripieno di cipolle, verdure di vario tipo, olive nere, provolone, sale, pepe, e, naturalmente, l'immane cumino dei prati.

Negli Stati Uniti, essa ha acquistato notorietà a partire dal 1906, allorché un immigrato siciliano, **Salvatore Lupo**, poco dopo essere sbarcato a New Orleans aprì qui il Central Grocery, dove iniziò a vendere e servire la sua personale versione del celebre panino siciliano. Per lungo tempo continuò a chiamarsi muffulettu con le 3 u, tipiche del dialetto siciliano; in seguito il nome, come tanti altri, si è americanizzato in virtù della naturalizzazione in cittadini americani dei tanti italiani sbarcati a Ellis Island tra la fine dell'Ottocento e i primi del Novecento.

## Ricetta muffolette siciliane

### Ingredienti per 10 muffolette

- 500 grammi di farina manitoba o farina 00
- 500 grammi di farina 0 di grano duro rimacinata
- 250 grammi di lievito madre o 50 g di lievito di birra
- 1 cucchiaino di miele millefiori
- 10 grammi di malto per panificazione (facoltativo)
- 500 ml di acqua
- 1/2 bicchiere di olio extravergine d'oliva
- 20 grammi di sale
- semi di cumino o sesamo qb

### Procedimento

1. In una ciotola sciogliere il lievito in 250ml di acqua tiepida, aggiungere il miele e il malto, qualora si decidesse di utilizzarlo. In un'altra ciotola emulsionare l'olio con il sale e con i restanti cioè 250ml di acqua.
2. Setacciare le due farine, formare una fontana e cominciare a versare l'acqua con il lievito poco per volta fino a completo assorbimento, continuare ad aggiungere l'acqua con l'olio e il sale, sempre lentamente, aspettando che sia stata completamente assorbita prima di aggiungerne dell'altra.
3. Impastare energicamente e a lungo (a mano o con la planetaria) fino ad ottenere un impasto soffice liscio ed elastico.
4. Porre l'impasto in una grande recipiente precedentemente infarinato, eseguirvi un taglio a

croce , coprirlo con pellicola per alimenti e lasciarlo riposare per almeno 3 ore.

5. Trascorso il tempo della prima lievitazione, riprendere l'impasto e dividerlo in porzioni più o meno uguali del peso di circa 100 grammi l'una, arrotolare ogni pezzo con il palmo delle mani sul piano da lavoro infarinato, formare delle palline, schiacciarle leggermente in modo da dargli la forma classica della muffoletta.
6. Al termine di questa operazione, le muffolette dovranno essere spennellate con poca acqua e cosparse con semi di cumino o sesamo che sarà meglio pressare leggermente con le mani in modo che possano aderire meglio alle pagnottelle.
7. Sistemare le muffolette in una teglia rivestita con carta da forno, coprirle con un panno di cotone asciutto e lasciarle lievitare ancora per almeno 2 ore.
8. Terminata la seconda lievitazione, disporle in forno già caldo a 200° per circa 20 minuti o fino a completa doratura.
9. Sfornare, lasciare intiepidire leggermente per 5 minuti e, ancora calde, tagliarle e condirle come tradizione vuole con del buon olio extravergine d'oliva, filetti di acciughe sott'olio (o sarde salate), una generosa spolverata di pepe e una manciata di caciocavallo grattugiato a scaglie o grattugiato.