

29 Maggio 2021

## Torta Gubana: il dolce friulano del buon augurio

In questo soffice impasto dalla ricca farcitura è custodito lo spirito di ogni festa e un auspicio di buona fortuna dalla tradizione antichissima



Friuli Venezia Giulia

La **torta Gubana** non è un semplice dolce. Nel suo soffice impasto è infatti custodito lo spirito di ogni festa, e un prezioso auspicio di buona fortuna dalla storia antichissima. Ecco perché ancora oggi la Gubana più che un dolce è un simbolo: un portafortuna di pasta lievitata che racchiude una spirale di **ricca farcitura** a base di frutta secca. Questa torta che appartiene alle tipicità del Friuli Venezia Giulia, è nata per celebrare le feste ed è diventata nel tempo un peccato di gola adatto ad ogni occasione. L'**antica preparazione** continua infatti a rappresentare un dono che i friulani non mancano di scambiarsi ancora oggi in occasione dei ritrovi conviviali in ogni stagione.

Per essere precisi, la torta Gubana è un dolce tipico che nasce nelle **Valli del Natisone** dove si usa ancora confezionarla in occasione di ricorrenze e festività locali. Le tradizioni e i dettagli variano a seconda delle famiglie e dei piccoli paesi in cui ci si può imbattere, ma proprio i differenti accorgimenti mostrano il profondo legame costruito nei secoli tra la Gubana e il suo territorio. Da un'occhiata alle **fonti storiche**, già nel 1409 questo dolce compare tra le oltre settanta vivande servite dal comune di Cividale in onore del Papa Gregorio XII. Tra le testimonianze, ne spicca un'altra che risale al 1576: in un contratto di affitto si legge che ai proprietari, insieme ai pagamenti in denaro, veniva offerta anche questa torta che ? in effetti ? al tempo era valutata con un prezzo molto alto.

### Torta Gubana: i segreti di un dolce portafortuna [1]

Custodi indiscusse della **ricetta** (e del fine procedimento) erano le donne delle Valli che avevano anche il compito di tramandarne i segreti. La Gubana si presenta come una pasta dolce lievitata che racchiude un ripieno circa del medesimo peso. Gli ingredienti fondamentali sono: farina di grano tenero; zucchero, uva passa, uova fresche; noci, nocciole intere e pinoli. A distinguerla inoltre è la **forma a chiocciola** dovuta

all'avvolgimento della pasta ripiena attorno a se stessa. Una volta preparata e messa in forma la Gubana viene poi lasciata **ri-lievitare** fino al raggiungimento del volume classico, quindi cotta in forno circa un'ora a temperatura moderata. Proprio la fase di ri-lievitazione è fondamentale per l'ottenimento di una Gubana dalla proverbiale consistenza **soffice ed elastica**, adatta a sostenere l'ingente carico del ripieno. Non è un caso, infatti, se tra le doti della perfetta Gubana figura anche il peso che ne assicura la tradizione: per dirsi ottimale deve essere di 850 grammi.

---

## Links

[1] <https://territori.coop.it/territori/torta-gubana-i-segreti-di-un-dolce-portafortuna>