

23 Agosto 2021

Ricotta salata di pecora: friabile e gustosa in cucina

Questa specialità del Salento è ricca di virtù da scoprire e perfetta per insaporire numerosi piatti



Puglia

La **ricotta salata di pecora** è un latticino dal gusto unico e le virtù da scoprire. Con la sua consistenza friabile e il suo carattere intenso, questa **specialità pugliese** sembra fatta apposta per insaporire piatti della tradizione e ricette mediterranee. La ricotta salata di pecora, tuttavia, è perfetta anche **grattugiata** su un semplice piatto di pasta al sugo di pomodoro fresco e basilico, oppure per valorizzare teglie di verdure cotte al forno o saltate in padella. Il segreto? **Pasta friabile** e **toni sapidi**, ottenuti grazie a un sapiente periodo di maturazione che vede questa ricotta riposare per settimane, cosparsa di sale grosso, prima di arrivare sulle tavole. Si tratta di una specialità casearia che si lega in particolare ai **territori leccesi**: è più saporita della classica e cremosa ricotta e, ad ogni assaggio, regala sfumature capaci di fare la differenza su diversi piatti.

La ricotta salata di pecora ha inoltre proprietà degne di nota. Non si tratta infatti di un formaggio, bensì di un **latticino magro** prodotto a partire dal siero, vale a dire il residuo della lavorazione di formaggio ovino, che viene nuovamente cotto a una temperatura di circa 80-90 °C. Grazie al calore, le proteine contenute nel siero, chiamate albumine, affiorano in superficie dove possono essere raccolte e quindi conservate nei piccoli contenitori in cui si formerà la ricotta. Una volta raffreddata, questa preparazione sarà cosparsa di **sale grosso** e lasciata riposare per una **breve stagionatura** che consentirà alla pasta di indurirsi. Il sale, infatti, accelerando la disidratazione, consentirà alla ricotta di perdere una buona parte di liquidi. Il latte di ovino, utilizzato per la sua lavorazione, è più grasso ma anche più **ricco di proteine** rispetto a quello di mucca (ne contiene quasi il doppio). Si tratta di proteine con un elevato valore biologico-nutrizionale che apportano una buona dose di antiossidanti.

Tutti i segreti della ricotta [1]

In cucina la ricotta salata di pecora è perfetta come condimento di **primi piatti**, ma è da provare anche con preparazioni a base di verdure, antipasti e stuzzichini. In Puglia questa specialità casearia ha un posto

d'onore nei menù di Pasqua o di primavera, quando il suo sapore intenso si accompagna alle fave fresche. Ogni momento è buono invece per aggiungerla a sughi destinati a formati di pasta locale, come nel caso delle **orecchiette** con pomodorini, rucola e ricotta salata di pecora. La sua tradizione non è tuttavia limitata ai confini regionali. In Sicilia la si ritrova ad esempio nella **pasta alla Norma**, come altre regioni del Sud sanno farle onore con diverse ricette tra cui figurano anche **cannelloni**, **paste al forno** o **verdure gratinate**. La ricotta salata di pecora è molto apprezzata anche nella preparazione di **ripieni** e **torte salate**, oppure si può gustare sulla pizza, abbinata magari a zucchine e melanzane.

Links

[1] <https://territori.coop.it/consigli/tutti-i-segreti-della-ricotta>