

UMBRICELLI POMODORO E BASILICO



Gli Umbricelli, noti anche come **stringozzi**, **strozzapreti** o **bigoli**, sono una pasta lunga e rustica, la più antica dell'**Umbria**, e si preparano semplicemente con farina e acqua. L'origine del nome viene attribuita alla forma che, allungata e tozza, ricorda i lombrichi di terra.

Una leggenda narra che questa semplice pasta venisse preparata dalle massaie quando non avevano più uova, poiché il prete se le era portate via tutte, o quando dovevano dimezzare le dosi destinate alla famiglia per servire quella dei prelati. Le casalinghe quindi, mentre impastavano farina e acqua, imprecarono affinché il prete si strozzasse mentre mangiava le uova con le quali avrebbero potuto fare la pasta per la propria famiglia, da qui il nome strozzapreti.

Facile 10' Primo

INGREDIENTI (INGREDIENTI PER 4 PERSONE)

- 400 gr [Polpa Fine 400 g](#)
 - 2 spicchi Aglio
 - 1 ciuffo Basilico
 - q.b. Olio EVO
 - q.b. Sale
- Pasta
- 350/380 ml Acqua
 - 250 gr Farina di grano tenero tipo "0"
 - 250 gr Farina di semola rimacinata
 - 1 pizzico Sale

PRODOTTO USATO PER QUESTA RICETTA:



PREPARAZIONE

Disponete la farina su un piano di lavoro con un pizzico di sale e versate un po' alla volta l'acqua, lavorando energicamente l'impasto fino a quando non appiccica più le mani ed è abbastanza consistente. Formate una palla, coprite e lasciate riposare dieci minuti.

Trascorso il tempo di riposo, riprendete l'impasto, dividetelo in pezzetti e formate tanti cordoncini lunghi più di 20 cm. Tirateli con la punta delle dita fino ad ottenere uno spessore di 3/5 mm.

Un altro metodo è quello di stendere l'impasto come una sfoglia spessa e tagliare tante striscioline che poi dovranno essere arrotolate sulla spianatoia come spiegato sopra.

Infarinatate gli umbricelli e lasciateli riposare altri dieci minuti.

Nel frattempo, preparate il sugo mettendo a scaldare due spicchi d'aglio in una padella con olio e.v.o., aggiungete la Polpa Fine e fate cuocere una decina di minuti. Regolate di sale e aggiungete una manciata di basilico fresco e tritato finemente. Fate cuocere altri dieci minuti circa, quindi togliete il sugo dal fuoco.

Nel frattempo, portate ad ebollizione l'acqua per la pasta, salate e gettate gli umbricelli. Appena tornano a galla, scolate e condite con il sugo.