



Le "ciammariche", ovvero le lumache sono un piatto squisito e ricercatissimo che ricorda lunghi pomeriggi a caccia di lumache per le vie della campagna. La difficoltà nel preparare questo piatto sta infatti proprio nel procurarsi la materia prima e poi nei lunghi tempi di pulizia dei molluschi, ma il risultato vale sicuramente tanta fatica!

Ingredienti per 2 persone

- **Lumache**
1 kg
- **Olio**
150 gr
- **Prezzemolo**
1 cucchiaino tritato
- **Peperoncino**
secondo gusti
- **Aglio**
2 spicchi
- **Pomodoro**
250 gr di pelati
- **Sale**

Preparazione

- Mettere le lumache in un cesto con foglie di lattuga o altra insalata e mollica di pane bagnata e strizzata, tenendo coperto. lasciare spurgare per un paio di giorni. poi metterle per una diecina di minuti in una terrina con sale grosso di cucina, aceto e un poco d'acqua, scuotendole frequentemente. sgocciolarle, rimetterle nella terrina, con altra acqua, aceto e sale e ripetere il lavaggio. risciaquarle in acqua fredda corrente, raccoglierle in una casseruola.

- Ricoprirle con acqua fredda, mettere il sale e, a calore basso, fare prendere l'ebollizione.

Ciammariche al sugo

Scritto da Gianluca Paoni

appena escono dal guscio, aumentare la fiamma e cuocere per un quarto d'ora.

- Sgocciolare le lumache, rinfrescarle, sgocciolarle nuovamente e con uno stecco estrarre i molluschi dal guscio e asciugarli in un canovaccio. I gusci potranno essere usati per abbellire la portata.
- In un tegame di terracotta soffriggere con l'olio, l'aglio; poi imbiondito eliminarlo. Unire i pomodori pelati, privati dei semi e spezzettati, il prezzemolo, il sale, il peperoncino pestato e le lumache. Cuocere molto lentamente e, alla fine, regolare il sale se necessario.

Note

Potete rimettere i gusci nel piatto di portata per abbellire.