

# LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Lumache al sugo. - Sizigorrus cun bagna !!! -  
Un piatto che in Sardegna è molto apprezzato!!!



**Difficoltà**  
media



**Quantità**  
4 persone



**Tempo**  
60 minuti

## Ingredienti

- Lumache - 1 kg
- olio - q.b.
- prezzemolo - 4 foglie
- aglio - 2 spicchi
- pelati - 1 barattolo grande
- peperoncino - 1 o più a piacere
- Pepe - un pizzico
- sale - q.b.

## Preparazione

Possiamo acquistare le lumache o ... cercarle, dopo la pioggia, nelle vigne o nelle campagne circostanti. Bisogna farle depurare per qualche giorno in retine chiuse, o in contenitori dove circoli l'aria. Dopo qualche giorno, si lavano bene, per eliminare ogni residuo di terriccio e si fanno spurgare in un contenitore con acqua e qualche cucchiaio d'aceto. Mi raccomando coprire il contenitore, altrimenti le ritrovate per tutta la cucina. Lavarle molte volte per eliminare ogni traccia della schiuma viscosa che le lumache espellono. Metterle in una pentola con acqua fredda e a fuoco basso. Appena l'acqua diventa tiepida, le lumache escono dalla loro conchiglia, allora alzare velocemente la fiamma per fermarle fuori. Aggiungere una manciata di sale e uno spicchio d'aglio. Farle cuocere per 15 minuti. Dopo che si scolano e si raffreddano, si elimina la parte terminale delle conchiglie, per permettere al condimento di insaporire anche l'interno. A questo punto, si preparerà il sugo. In un tegame capiente si versa un giro d'olio, si aggiunge del prezzemolo e aglio tritati, un bel peperoncino e si fa leggermente rosolare. Aggiungiamo le lumache, diamo una girata per far insaporire e poi, versiamo i pelati passati. Aggiustiamo con il sale, un pizzico di pepe e facciamo cuocere. Appena il sugo si sarà ristretto e insaporito, assaggiamo e spegniamo. Si consiglia di gustarle calde, .... il giorno dopo!!! Saranno molto più buone!

