



Le Gerdas in Sardegna

Lorenzo Bullita

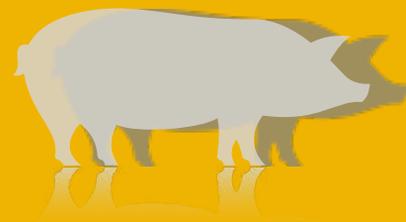
13 Febbraio 2021



Is Gerdas

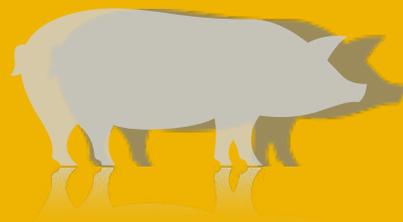
Le gerdas, insieme alla testa in cassetta, sono tra i primi prodotti, derivanti dalla lavorazione del maiale, a poter essere consumati per via dei loro tempi di preparazione ridotti rispetto ai salumi che necessitano di stagionatura.

Si ottengono durante lo scioglimento del grasso per realizzare lo strutto.



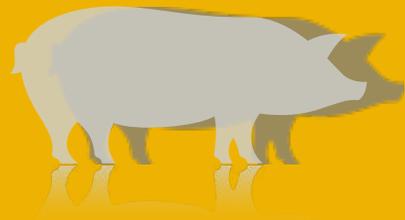
Materia prima:

in passato si utilizzavano le parti grasse e di scarto risultanti dalla lavorazione del maiale mentre oggi, industrialmente, vengono utilizzate le rifilature di parti pregiate quali la pancetta e la gola.



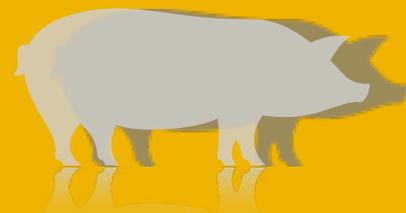
I prodotti risultanti dalla lavorazione del grasso suino (strutto e gerdas) hanno utilizzi differenti.

In Sardegna, seppure molto utilizzati e diffusi, non posseggono riconoscimenti o certificazioni ufficiali.



Lo strutto, bianco, cremoso e compatto, trova largo utilizzo in cucina e, avendo un punto di fumo molto elevato, e' ideale per friggere.

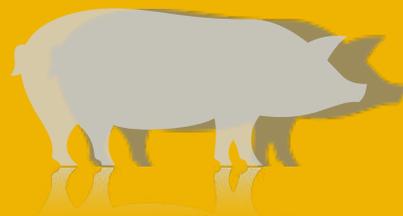
Utilizzato come ingrediente contribuisce a dare aroma e fragranza e a rendere friabili gli impasti dei prodotti da forno e di pasticceria. In Sardegna si utilizza per Sebadas e Pardulas.



Is Gerdas

Le gerdas sono sostanzialmente la parte molle e carnosa che residua dalla separazione dallo strutto e vengono utilizzate in vari modi.

Prodotte in diverse regioni d'Italia, solitamente col nome di Ciccicoli, si presentano in tante varianti di produzione e di utilizzo: molli o secchi oppure fritti croccanti e salati.



Preparazione de Is Gerdas

Ingredienti: carne suina, acqua e sale

Cubettare le carni e disporle in una pentola con poca acqua, a fuoco lento; sciogliere il grasso senza farlo friggere per circa un ora, aggiungere poco sale. Quando i pezzetti di lardo sono totalmente immersi nel loro grasso sciolto, si sono rimpiccioliti e hanno assunto un colore dorato, spegnere il fuoco, lasciar raffreddare il tanto giusto per poter colare i ciccioli e conservare il grasso (strutto) in un contenitore.



PROCESSO PRODUTTIVO

Preparazione delle materie prime carni

Taglio-cubettatura

Cottura

Colatura e posizionamento in contenitori

Confezionamento

Conservazione in cella frigorifera



Aspetto visivo

A confezionamento ultimato quando si apre la confezione, le gerdas di consistenza molle e carnosia sono ben visibili insieme alla parte di strutto e gelatina formatasi a seguito del raffreddamento.



Esame olfattivo e gusto-olfattivo

Odore: si percepisce l'odore della carne cotta e quello piuttosto intenso dei grassi sciolti

Sapore: dolce, decisamente sapido e lieve percezione di umami

Aroma: di carne cotta e grasso cotto



Esame della struttura

Consistenza: di forma irregolare e di piccola dimensione è particolarmente elastica e non asciutta

Masticabilità: irregolare in base alla fibrosità del pezzo



Sotto il profilo nutrizionale sono costituite da circa il 43% di grassi e solo il 9% di proteine. Gli acidi grassi saturi sono circa 17 g per 100 g di prodotto. L'apporto calorico medio è intorno alle 400 calorie ogni 100 grammi.

Etichetta nutrizionale ai sensi del Reg. (UE) 1169/2011

Parametro ricercato	Metodo di prova	Unità di misura	Valore
Valore energetico in Kcal	Calcolo	In 100g di prodotto	419
Valore energetico in KJ	Calcolo	In 100g di prodotto	1727
grassi	Rapporti ISTISAN 1996/34 Met A Pag 41	g/100g	42,6
di cui acidi grassi saturi	Rapporti ISTISAN 1996/34 Pag 47	g/100g	16,73
Proteine	Rapporti ISTISAN 1996/34 Pag 13	g/100g	8,9
Carboidrati	Rapporti ISTISAN 1996/34 Met A pag 63	g/100g	< 0,1
Di cui Zuccheri	Rapporti ISTISAN 1996/34 Pag 66	g/100g	< 0,1
Sale	Rapporti ISTISAN 1996/34 Pag 124		
- Sale (sodio*2.54)		g/100g	2,637
- Sodio		g/100g	1,055

Note: Nessuna



Consumo e utilizzo de Is Gerdas

Le gerdas possono semplicemente essere scaldate in padella a fuoco lento e, dopo aver scolato l'olio di rilascio, possono essere saltate con un po' di buon aceto, uno o due cucchiari nel pentolino, il risultato si usa come farcitura in una pagnottella calda.



Gerdas farcite.



Sa simbua fritta

Piatto povero di estrazione popolare realizzato con un soffitto di porro e strutto nel quale poi vengono aggiunte le gerdas. Quando queste assumono una colorazione dorata si aggiunge dell'acqua e si sala. Raggiunta la bollitura si inizia a versare della semola, girando ripetutamente affinché non si formino dei grumi. In 5/7 minuti il piatto è pronto.



Simbua Fritta.



Pani cun gerdas

Si aggiungono le gerdas all'impasto del pane lavorandolo a lungo e con forza.

Si porziona l'impasto formando dei panini che si ricoprono di semola e si lasciano lievitare lentamente in una cesta, coperta da una tovaglia.

I panini raddoppieranno circa il loro volume e saranno pronti per la cottura di circa 20' in forno a legna.

Il pane con gerdas tendenzialmente resta umido e si conserva per parecchi giorni. Il sapore è leggermente salato e molto gustoso.



Pane con gerdas.

Le Gerdas in Sardegna

IL RITO DEL MAIALE

Cagliari 13 FEBBRAIO 2021 - M.A. Lorenzo Bullita



Brescia



Romania



Sardegna



Calabria

**Grazie per
l'attenzione**