

CON IL CONTRIBUTO DI



REGIONE  
LAZIO

ARSIAL

Agenzia Regionale  
per lo Sviluppo e l'Innovazione  
dell'Agricoltura del Lazio



COMUNE DI  
CORENO AUSONIO



# I PRODOTTI DELLA *tradizione*



## INGREDIENTI

- Patate di media grandezza
- Lievito madre
- Farina
- Sale

Per la versione dolce:

- Pepe, noce moscata
- Scorza d'arancia
- Cannella
- Uvetta



Gli "corniglie" sono dolci di Natale tipici della tradizione di Coreno a forma di ciambella.

## CORNEGLIE DI CORENO AUSONIO

Portiamo ad ebollizione, in abbondante acqua le patate di media grandezza; una volta bollite, le stemperiamo in acqua fredda, senza raffreddarle del tutto, schiacciamo e passiamo allo schiaccia patate. Uniamo al composto sale, pepe e noce moscata e se li vogliamo dolci, la scorza di un'arancia, la cannella e l'uvetta.

Dopo, aggiungiamo mezzo cubetto di lievito e birra sciolto in poca acqua, la

farina, e impastiamo a mano ottenendo un impasto morbido e liscio.

Mettiamo il panetto in una insalatiera e lasciamo lievitare per circa tre ore fino a quando non raddoppia il suo volume. Per friggere usiamo una padella con il pentolino che contiene abbondante olio di semi di girasole. Fatto un "disco" d'acqua con le mani lo immergiamo nell'olio bollente. Cospargiamo di zucchero semolato, se i corneglie sono dolci.

## PASCOTTHE CORENESI

Per i "Pascotthe" il procedimento è lo stesso del Pane Corenese. Cambia il peso delle pagnottine che è di 300-400 Per i "Pascotthe" il procedimento è lo stesso del Pane Corenese. Cambia il peso delle pagnottine che è di 300-400 gr e dopo sfornate vengono tagliate a mano in senso orizzontale e rinfornate per altre 12 ore.

Il modo più tradizionale per essere gustati è quello de gli spognà (bagnarli) e scolà (scolarli) su uno sparrone (canovaccio) e condirli con pomodoro, olio, sale e arétheco (origano).



## TARALLI DOLCI DI LATTE CORENESI

I Taralli sono dolci pasquali della tradizione di Coreno a forma di ciambella. Li otteniamo impastando uova, zucchero, latte, lievito ed olio (in passato si usava la sugna).

Disponiamo sul tavolo la farina e lo zucchero, mescoliamo e facciamo un buco al centro. Aggiungiamo 4 uova intere, la buccia grattugiata del limone, il lievito e l'olio e il latte. Mescoliamo il tutto partendo dal centro raccogliendo

la farina necessaria fino a formare un impasto omogeneo e compatto tipo pasta fresca all'uovo. Facciamo riposare il panetto per circa 10 minuti coperto da un panno.

Formiamo con l'impasto piccoli pezzetti da 100 gr e creiamo piccole ciambelline per lasciarle riposare altri 10 minuti, poi in una teglia antiaderente oleata per circa 30/45 minuti a 180 gradi.





# Salsiccia Fresca

Per la salsiccia fresca usiamo la carne di maiale di tutti i tagli. Maciniamo la carne a punta di coltello e la impastiamo per bene con sale e pepe e poi la lasciamo 24 ore ad insaporire. La salsiccia insaccata avviene con un budello naturale.

Usiamo la salsiccia nel sugo della polenta o la serviamo con i broccoli; ottima arrosto o alla brace.

# Pane Corenese

Iniziamo rinfrescando (aggiungendo acqua e farina) il lievito madre la sera prima. Disponiamo nella madia la farina con al centro il lievito madre, aggiungiamo in modo graduale l'acqua in cui è stato disciolto il sale fino e otteniamo un impasto morbido e liscio. Lasciamo riposare coprendo con un telo bianco di lino o di cotone.

Dopo 3-4 ore (anche di più in inverno) avremo una prima lievitazione dell'impasto. Rimpiastiamo e diamo forma a pagnotte di 2-3 kg circa; disponiamo le pagnotte in canovacci di cotone e le riponiamo in cassette di legno (un tempo venivano riposte in mezzo a delle coperte) lasciandole riposare fino alla completa (seconda) lievitazione.

Nel frattempo abbiamo portato il forno a giusta temperatura ardendo rametti di querce e ulivo, poi puliamo con una scopa in saggina (stramma). Informiamo le pagnotte e sforniamo dopo due ore circa.

## Ingredienti:

- Farina di grano tenero molita a pietra
- acqua
- lievito madre\*
- sale

\*il lievito madre è un impasto di acqua e farina lasciato fermentare. Per mantenerlo "vivo" va "rinfrescato" almeno ogni 3-4 giorni. Un tempo le famiglie se lo prestavano





# Laina

La Laina è originaria della cucina povera corenese come di tutto il territorio del Lazio meridionale, dove si distingue per diverse denominazioni. A differenza della pasta all'uovo, la pasta fatta con solo farina e acqua rimane molto più leggera e al dente, e può essere mangiata anche ogni giorno.

Sono perfetti per ogni menù, sia per piatti a base di carne che per quelli a base di pesce o verdure, ma diffusa nella tradizione è nel piatto completo di Laina e fasuri (Laina e fagioli) o Laina e ceci (Laina con ceci) o cicerchie.

L'impasto va lavorato con energia e steso con una lainauthru.

Fatta riposare con sotto un sottile strato di farina, viene arrotolata su se stessa e tagliata in strisce sottili, con taglio irregolare con dimensioni di larghezza non sottile, ma all'incirca di 0,5 - 1 cm e lunghezza sotto i 10 cm.

# Noglia

Maciniamo a coltello le parti del maiale, le mischiamo tra loro con sale, peperoncino piccante, pepe, aglio tritato e vino bianco, e lasciamo riposare l'impasto per circa un'ora, poi li rimescoliamo e procediamo a "n'ciauccicià" (all'insaccatura) nelle budella più grandi.

Successivamente mettiamo la Noglia ad essiccare in un luogo fresco ventilato per circa una ventina di giorni. Nel periodo dell'essiccazione si può affumicare con poca legna verde di mortella, vintriscu e lauro e con legna secca.

Caratterizzata da un gusto deciso e piccante la gustiamo sulle nostre tavole principalmente "rintu agliu sugu rella romeneca" (nel classico sugo della domenica) insieme a salsiccia, cotiche, costoletta di maiale, o in forma di minestra con la cappuccia.

La Noglia è un salume tipico della tradizione corenese ottenuto dagli scarti di lavorazione del maiale.

## Ingredienti

- Scarti del maiale "carne 'nsanguinata" (carne insanguinata) nervosa e grassa.
- "Occolaro" (guanciale)
- Lingua e cuore
- "Cotene" (cotiche) precedentemente bollite
- Spezie varie: sale, peperoncino piccante, pepe, aglio tritato
- Vino bianco o rosso a piacere

# Pane Casereccio

Facciamo il pane casereccio con lievito madre rinnovato ogni sera da 25 anni.

L'impasto ha due notti di lievitazione e può essere integrale, semintegrale o bianco.



# Zuppare Ciammaruche

Con Ciammaruche, in dialetto corenese, si indicano le chioccioline di media grandezza (ciammaruchigli e ciammarucuni le varianti), molluschi di terra apprezzati fin dall'antichità. In Italia ogni regione ha una sua ricetta per gustare le lumache, trifolate, in umido con o senza pomodoro accompagnate da polenta o pane.

La tradizione del nostro paese le presenta in una zuppa dal sapore fresco e deciso.



## Ingredienti

- Lumache (spurgate, lavate, sbollentate)
- Patate
- Pomodori pelati
- Cipolla
- Olio
- Prezzemolo q.b.
- 2 peperoncini
- Sale q.b.

Per ottenere la zuppa soffriggiamo in una casseruola abbondante cipolla tagliata a fettine sottili in cucchiaini di olio d'oliva. Una volta appassita, aggiungiamo peperoncini di media piccantezza per non coprire il sapore delle lumache, i pelati tagliati a pezzetti e le lumache. Copriamo con acqua e facciamo insaporire il tutto con sale e prezzemolo tritato.

Portiamo ad ebollizione ed aggiungiamo le patate. Quando tutto pronto serviamo in una zuppiera con il pane raffermo sotto o della ottima polenta. Ci sono altre varianti di questa ricetta, alcuni aggiungono anche peperoni rossi, altri li fanno in brodo più profuso. Noi la preferiamo brodosa con il pane sotto.

# Dove trovare i Prodotti della Tradizione

**Anna Coreno** AOE  
PANETTERIA

Via Roma 85 | Tel. 0776 996103



Via Umberto I | Tel. 0776 996272



Via Torquato Tasso, 15 | Tel. 0776 996193



Via Punta di Serra | Tel. 0776 952276

