

## Bianco o rosso? Due versioni, palermitana e bagherese, dello sfincione siciliano

Autore: Manuela Zanni

Data: 16 Ottobre 2021

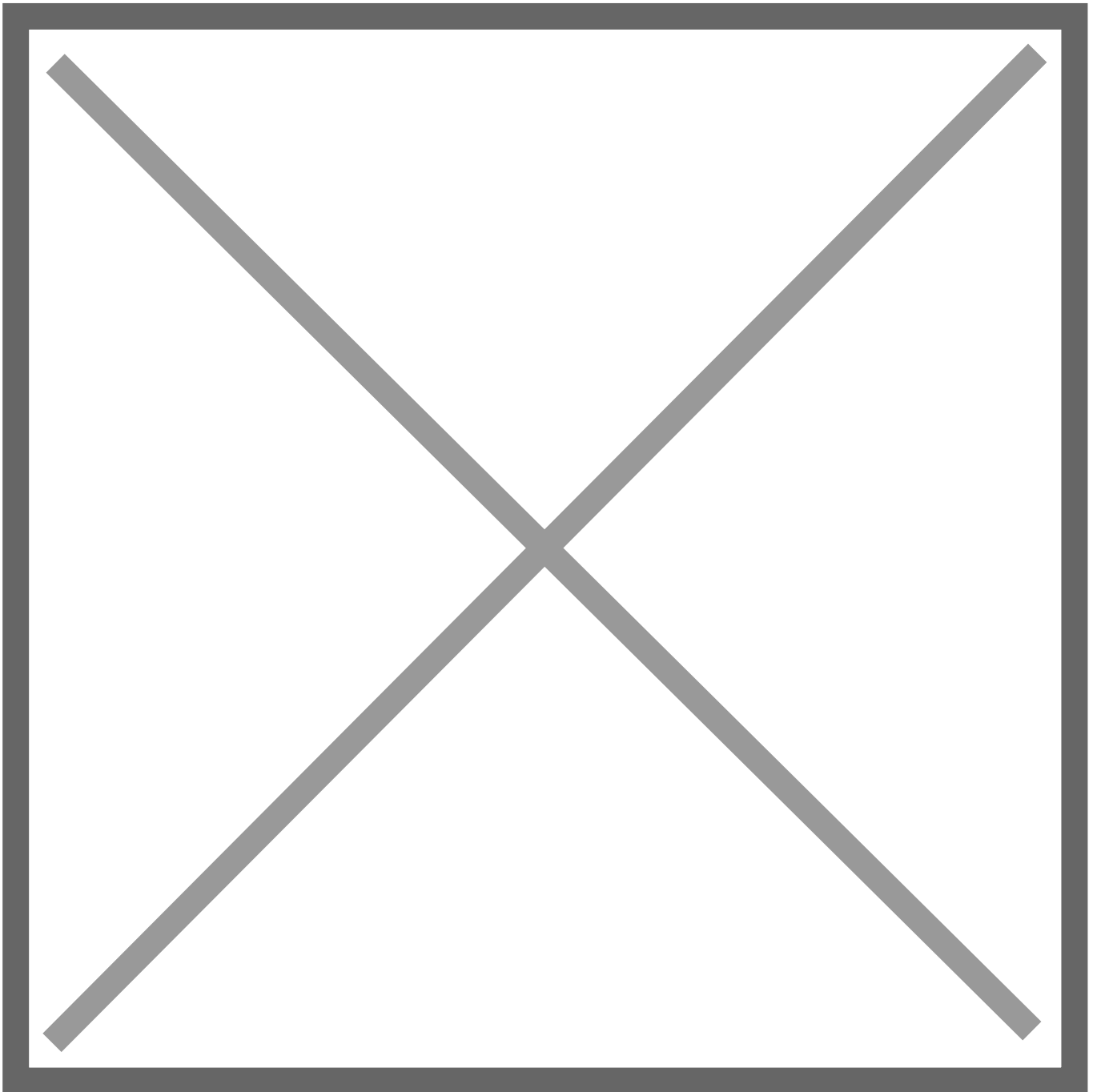


Lo “sfincione” è un must della [cucina siciliana](#) che, nonostante il posto d'onore degno di un re che da sempre gli viene riservato, in realtà, è un cibo “umile” tipico delle classi meno abbienti. “*U sfinciuni*” ( o *sfincionello* chiamandolo con un vezzeggiativo) nasce, infatti, dall' esigenza di offrire durante le festività un “[pane diverso](#)” vestito , appunto, a festa.



## Cosa è lo sfincione

Si potrebbe definire un pane condito, ma la particolarità dei suoi condimenti lo fa diventare un piatto unico nel suo genere. Il nome “sfincione” è prettamente siciliano e significa “grossa sfincia” ( laddove per “sfincia” si intende un impasto morbido e ben lievitato).



## Le origini dello sfincione

Sebbene il suo semplice impasto, costituito da farina e lievito, sia di probabile origine araba, si pensa che lo sfincione sia stato inventato, da alcune suore, all'interno del monastero di San Vito a Palermo. Secondo altri lo sfincione ha, invece, origine contadina rappresentando il "pane e companatico" delle tavole degli agricoltori.

In passato la preparazione dello sfincione era legata, esclusivamente, al periodo natalizio ad eccezione, come ci indica il *Pitrè*, della festa del fidanzamento, il cosiddetto "*appuntamentu*", che avveniva in casa della promessa sposa in occasione della quale la madre cucinava questa pietanza in maniera copiosa e abbondante in segno di buon augurio.



## Dove comprare lo sfincione

Quale che sia la sua origine, oggi ormai lo sfincione non è più una pietanza caratteristica esclusivamente delle feste (anche se durante le feste non deve mai mancare) ed è certo che non esiste panificio, friggitoria o rosticceria a Palermo che non metta in bella mostra, durante tutto l'anno, delle "succulente" porzioni di sfincione adagiato in grandi teglie rettangolari annerite dal fumo dei forni, né, tantomeno esiste "sfincionario" ossia venditore ambulante di sfincione che, spingendo il proprio "baracchino" dotato di ruote, non accompagni il suo lento andare "abbanniando" (ossia gridando), come qualsiasi "imbonitore" che si rispetti, "accattativillu u sficionello caddu caddu" (trad. comprate lo sfincione caldo caldo).



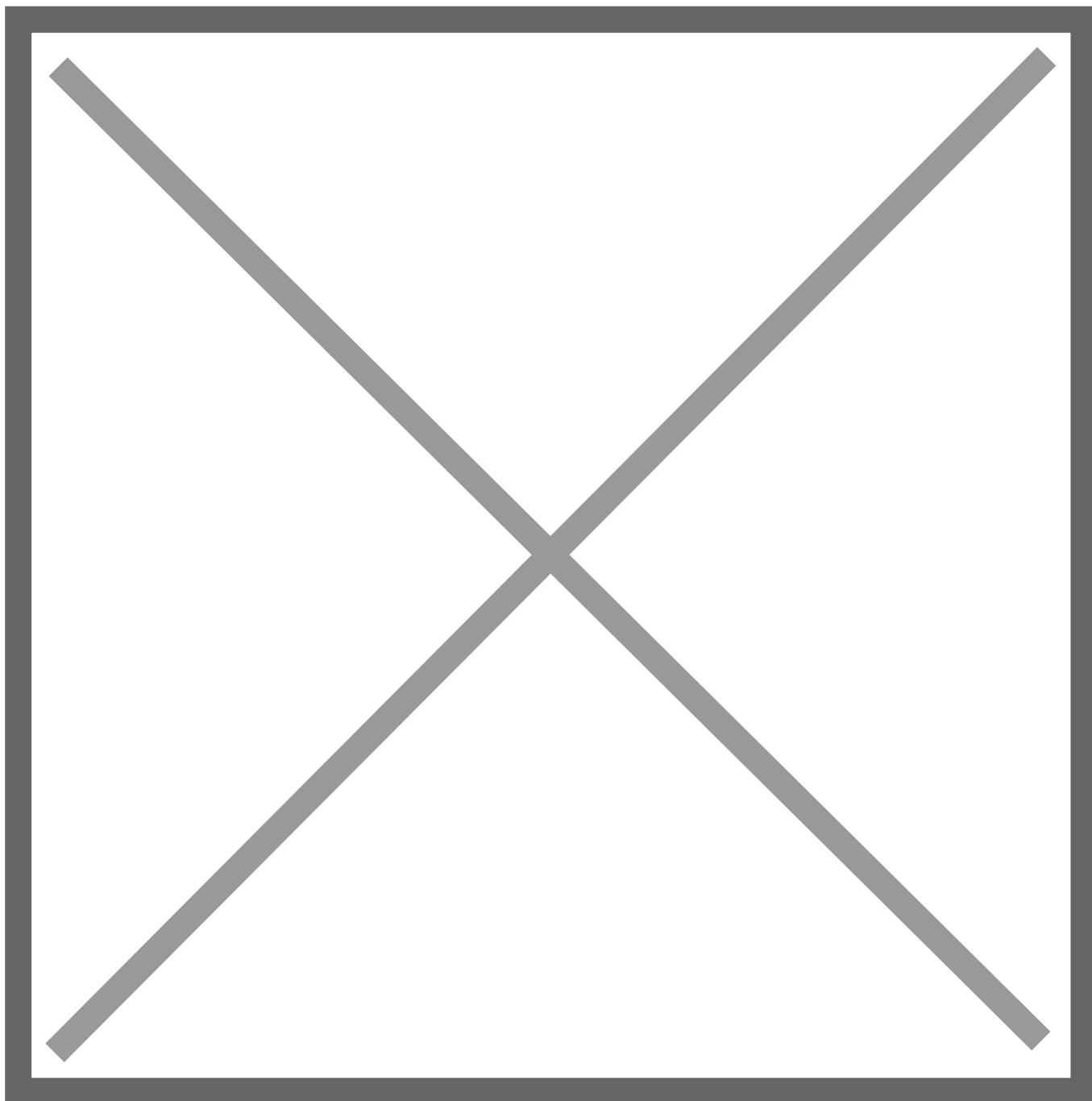
## I segreti per preparare lo sfincione

Il suo impasto di pane, viene fatto lievitare ad arte, per conferirgli altezza e morbidezza, poi, una volta steso, in forma circolare o rettangolare, viene condito prima di essere infornato con semplici ingredienti la cui unione dà un risultato dal gusto unico. Il vero carattere distintivo dello sfincione è la mollica che gli regala una propria identità specifica. Questa, infatti, secondo l'antica ricetta, non deve essere di pangrattato, perché risulterebbe troppo secca, bensì deve essere ottenuta, sfregando con le mani l'interno di grandi pagnotte, chiamate "vastidduna pi' sfinciuna" lasciate essiccare per circa 4 giorni.

L'impasto di farina viene fatto lievitare due volte per renderlo più morbido. Viene poi schiacciato con il palmo della mano e steso nelle teglie fino a fargli assumere la forma desiderata. Su questa base cruda si conficcano le alici e il caciocavallo a piccoli pezzetti. Sopra questo strato se ne fa un secondo di mollica di pane sbriciolata e abbrustolita in padella, mista a salsa di pomodoro fresco,

pecorino grattugiato, cipolla appassita in padella , origano e olio nuovo. Infine, ultimo ma non meno importante, è la cottura in forno preferibilmente a legna. Ancora tanto si potrebbe scrivere sullo sfincione ma a questo punto sarebbe proprio il caso di gustarne una porzione dall'inconfondibile profumo. Certamente potete comprarlo ma, se preferite, potete provare a prepararlo in casa con la ricetta che di seguito vi proponiamo.

## Sfincione palermitano



### **Ingredienti**

*Per l'impasto*

250 gr di farina 00

250 gr. di farina rimacinata

25 gr. di lievito di birra

250 g (circa) di acqua

1 cucchiaio di zucchero

1 cucchiaino di sale

una tazzina di olio evo.

*Per il condimento*

4 cipolle

300 gr. di caciocavallo fresco ( o formaggio vegetale)

50 gr. di caciocavallo grattugiato (o formaggio vegetale)

100 gr. di filetti di acciuga sott'olio (facoltative)

500 gr. passata di pomodoro

una manciata di origano

mollica di pane o pangrattato

un pizzico di zucchero

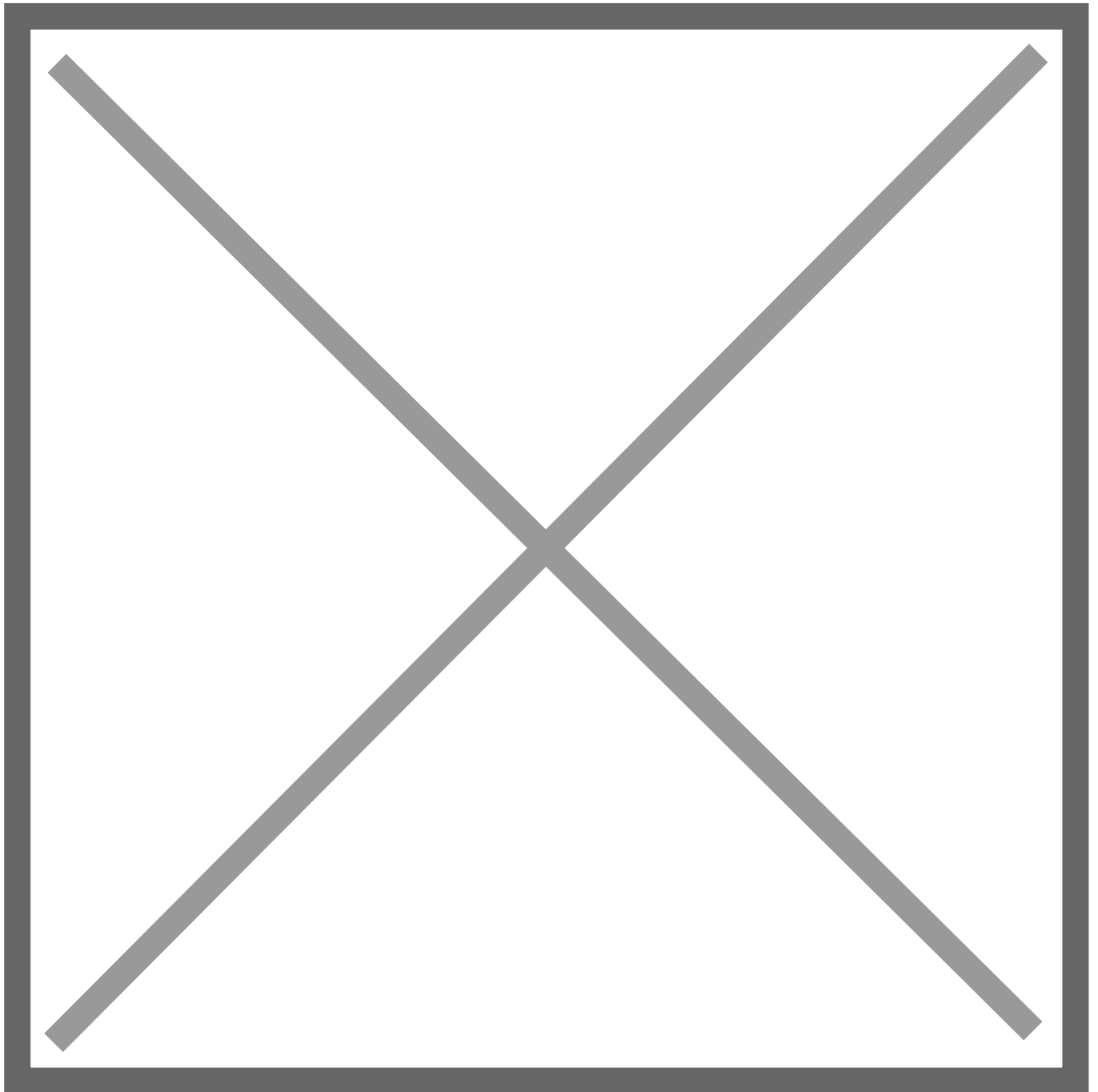
olio extravergine d'oliva

sale e pepe.

Mettete le farine a fontana in un recipiente, dopo averle setacciate. Ponete il lievito sciolto con poca acqua tiepida al centro della fontana insieme all'olio, il sale e lo zucchero. Impastate aggiungendo poca acqua tiepida fino ad ottenere un impasto molto morbido simile ad una pastella più consistente. Lasciate lievitare l'impasto per due ore coperto con un panno di lana.

Nel frattempo preparate il condimento. Tagliate le cipolle a fette sottili e lasciatele appassire in un tegame con olio extra vergine di oliva. Aggiungete la passata di pomodoro, un pizzico di zucchero, il pepe, poco sale e fate cuocere per circa 20 minuti. Trascorso il tempo indicato, impastate delicatamente una seconda volta e fate lievitare ancora per un ora. Intanto fate dorare la mollica (o il pangrattato) in una padella. Ungete una teglia e spolveratela di pangrattato. Stendete l'impasto nella teglia con i polpastrelli leggermente unti. Cospargete la superficie con pezzetti di formaggio caciocavallo e di acciughe "affondandoli" leggermente nella pasta. Versate e su tutta la superficie il sugo e la cipolla, spolverate con il caciocavallo grattugiato, con il pangrattato e con l'origano. Lasciare riposare per mezz'ora circa dopo averlo irrorato con un filo d'olio nuovo. Preriscaldate il forno a 250° circa, infornate per 30 minuti circa.

## **Sfincione Bagherese**



Una versione alternativa bianca dello sfincione , ovvero senza salsa di pomodoro, è tipica di Bagheria, cittadina a pochi chilometri da Palermo. Lo sfincione bagherese è davvero una prelibatezza imperdibile. Si tratta una sorta di pizza dall'impasto alto ma soffice, condito con acciughe, tuma, ricotta, cipolle bianche e pangrattato tostato. In realtà, a Bagheria, esistono due versioni di sfincione bianco: quello con la tuma e quello con la ricotta. Ma, se preferite, potete crearne una terza in cui entrambi gli ingredienti, proprio come membri di una coppia perfetta, convivono in armonia ed equilibrio, senza che l'uno prevalga sull'altro ma, al contrario, dandosi forza e sostegno a vicenda.

### **Ingredienti**

*Per l'impasto*

250 gr di farina 00

250 gr di farina di grano duro



25 gr di lievito di birra

12 gr di sale

2 cucchiaini di olio

300 ml di acqua

*Per il condimento*

2 grandi cipolle bianche

150 gr di tuma (o formaggio vegetale)

150 gr di ricotta (o formaggio vegetale)

acciughe sott'olio (facoltative)

olio d'oliva

formaggio grattugiato

pepe

origano

pangrattato di pane fresco

sale

Per preparare l'impasto unite le due farine, fate un buco al centro ed aggiungete il lievito con un pò d'acqua tiepida due cucchiaini di olio. Cominciate ad amalgamare il lievito con la farina ed unite l'acqua fino a quando otterrete un impasto morbido. A questo punto aggiungete anche il sale, poi mettete l'impasto sulla spianatoia e lavoratelo per qualche minuto con le mani. Quando avrete ottenuto un impasto liscio ed omogeneo mettetelo in una ciotola unta con dell'olio e copritelo con la pellicola e lasciate lievitare per due ore. Nel frattempo pulite ed affettate le cipolle e mettetele a soffriggere a fiamma bassa in una padella dal fondo largo in cui avete versato dell'olio fino quasi a ricoprirne il fondo. Le cipolle devono soffriggere dolcemente a fuoco basso e con il coperchio. Appena si saranno ammorbidite aggiungete le acciughe sott'olio (facoltative) e fatele sciogliere insieme alle cipolle. A questo punto, togliete le cipolle dalla padella e nello stesso olio tostate la mollica di pane fresco fin quando non sarà leggermente dorata. Quando l'impasto sarà raddoppiato di volume, ungete una teglia e metteteci dentro l'impasto stendendolo con le dita.

Aggiungete (le acciughe a pezzetti), la ricotta e la tuma tagliata a fette spesse 1/2 cm circa.

Ricoprite il tutto con le cipolle distribuendole in maniera omogenea su tutta la superficie poi, ricoprite con formaggio grattugiato, una macinata di pepe nero, una manciata di origano ed infine con la mollica fresca tostata. Fate lievitare per un'altra mezz'ora al caldo. Quindi versate un filo d'olio in superficie ed infornate lo sfincione nel forno preriscaldato a 220° C per 30-40 minuti. Sfornatelo e lasciatelo intiepidire qualche minuto prima di servirlo.

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/cucina/sfincione-siciliano-bianco-rosso-palermitano-bagherese/>

Generato il 25/04/2025