

Categoria: Saperi d'Italia - Liguria



Informazioni Generali



Preparazione:
60 min



Cottura:
10 min



Dosi per:
4 persone



Costo:



Difficoltà:
Media

I **pansoti opansotti** sono i tipici tortelli **Liguri** preparati con una sfoglia all'uovo e ripieni di **ricotta e verdure**.

Le origini dei pansoti, che prendono questo nome dalla loro forma un pò panciuta, sono da legare sicuramente alle campagne della Liguria dove le contadine raccoglievano le varie erbe e verdure per il ripieno di questi tortelli.

Solitamente queste erbe non erano mai le stesse e per questo motivo il ripieno dei pansoti era sempre diverso così invalse l'uso di chiamare questo mazzetto di erbe "**preboggion**".

Il preboggion poteva quindi essere composto da varie erbe che cambiavano soprattutto a seconda della stagione: la **bietola**, la **borragine**, la **pimpinella**, il **dente di cane**, il **raperonzolo**, l'**ortica**, la **cicerbita** e il **prezzemolo**.

Al giorno d'oggi è molto difficile reperire tutte queste erbe, quindi il preboggion è stato sostituito da verdure come gli **spinaci**.

Ingredienti

>> Bietole 200 g	>> Ricotta 200 gr
>> Borragine 250 g	>> Spinaci 250 g
>> Farina 400 g	>> Uova 3
>> Parmigiano Reggiano 60 g	>> Vino bianco 1 bicchiere

Preparazione

Per la ricetta dei **pansoti** la prima cosa da fare è preparare la sfoglia: impastate la farina con un uovo, il vino ed un pizzico di sale e, dopo aver ottenuto un impasto omogeneo, stendete la sfoglia con l'aiuto di un matterello, quindi fatela asciugare su una superficie infarinata per almeno mezz'ora.

Nel frattempo mettete a cuocere, in acqua salata, la borragine, le bietole e gli spinaci.

Una volta cotte, scolate le verdure e tritatele con un mixer insieme alla ricotta, a due uova, al parmigiano, alla maggiorana ed a un pizzico di sale.

A questo punto prendete la sfoglia e tagliatela in quadrati o triangoli di 5 centimetri per lato al cui centro metterete un cucchiaino di ripieno, quindi chiudete i vostri pansoti saldandone i bordi con le dita oppure con una rotella da cucina.

Fate riposare i pansoti per mezz'ora su una superficie infarinata e nel frattempo fate bollire l'acqua: buttate i pansoti nell'acqua e lasciateli cuocere per 10 minuti fino a che non verranno a galla.

Scolateli servendovi di un mestolo bucato, disponeteli in un piatto da portata e conditeli con la tipica **salsa di noc**.

Consiglio

Volendo potete preparare dei **pansoti** più grandi tagliando la sfoglia a quadrati di 13 centimetri oppure preparare i classici **tortelli** dalla forma **circolare**, tagliando in questo caso la sfoglia a forma di **cerchio**.

Curiosità

Sembra che il nome del tipico mazzetto di verdure ed erbe, il **preboggion**, derivi dal fatto che alcuni crociati durante una sosta nella marcia stessero raccogliendo delle erbe per preparare un pasto frugale al loro signore, **Goffredo di Buglione**, in latino "**pro Boggion**" che presto diede il nome a questo mazzetto di erbe che fu chiamato in seguito **preboggion**.

