

[Un'altra soluzione che sposa la tradizione](#)

Ecco come nasce il cappelletto romagnolo Dalla mitologia alla ricetta di **Pellegrino Artusi**

E' uno dei cibi più amati della nostra terra, richiede una preparazione laboriosa ma ha ingredienti sani

Un altro gustoso sostituto al junk food può essere il cappelletto romagnolo. Anche se richiede una preparazione più laboriosa e impegnativa, è una pietanza composta da alimenti semplici e sani. Questa pasta ripiena è una tradizione della nostra regione che risale agli inizi del 1500. Secondo una leggenda, durante una guerra tra Modena e Bologna tre dei, Venere, Bacco e Marte, accorsero ad aiu-

tare Modena e si fermarono in una locanda. Il giorno dopo Marte e Bacco partirono lasciando Venere che dormiva. Il proprietario della locanda se ne innamorò e la spiò dal buco della serratura. Guardando attraverso la toppe ne vide l'ombelico e, ammirato da tanta perfezione, pensò di dedicarle un tipo di pasta che avesse la forma di quanto visto e così è nato il cappelletto.

SAPORI ANTICHI

E' una pasta ripiena tipica della nostra regione che risale agli inizi del 1500

Tra i nostri conterranei illustri troviamo il forlìmpopolese **Pellegrino Artusi**, scrittore, gastronomo e critico letterario, autore di un libro di ricette tra i più popolari al mondo: 'La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene', tradotto in varie lingue. Ecco la sua ricetta per il ripieno del cappelletto per 4 persone: ricotta, oppure metà ricotta e metà cacio ravggiolo, grammi 180; mezzo petto di cappone cotto nel burro, condito con sale e pepe e tritato fine fine con la lunetta; parmigiano reggiano grattato, grammi 30; uova, uno intero e un tuorlo; odore di noce moscata, poche spezie, scorza di limone a chi piace.



Le Mariette di Casa Artusi preparano i cappelletti

