

Orziadas (anemoni) di Alby84

Questa ricetta semplicissima è dedicata a tutti coloro che hanno difficoltà a prendere i pesci “con la coda”, infatti come tutti saprete le attinie o anemoni se ne stanno beatamente attaccate agli scogli e non hanno alcuna possibilità di fuggire alla vista del pescatore!

L’attinia è un animale temuto poiché è altamente urticante, infatti se i tentacoli entrano a contatto con il corpo umano, si avverte immediatamente un bruciore intenso, tuttavia se i tentacoli vengono toccati con le dita o il palmo della mano non si ha alcun effetto.

Non tutti sanno però, che l’attinia è un animale ottimo da mangiare (N.B. solamente previa cottura!!).

Qua in Sardegna l’orziada fritta è un piatto molto prelibato infatti chi l’ha assaggiata almeno una volta difficilmente scorderà il fantastico sapore di mare che racchiude questo piccolo animale.

L’attinia viene raccolta comunemente con una forchetta modificata che ha l’ultimo centimetro dei rebbi piegato a 90 gradi, questa specie di “rastrello” permette con un semplice colpo di staccare l’attinia che potrà essere raccolta in un retino a maglie fini.

Ingredienti per 4 o 5 persone:

500gr di attinie

Farina

Semola

Olio di oliva (per friggere)

Sale q.b.

Le attinie vanno accuratamente lavate, possibilmente con acqua di mare, per rimuovere le impurità come le alghe e le pietruzze che generalmente rimangono attaccate al “piede” o tra i tentacoli. Per fare questa operazione consiglio di usare guanti in lattice per evitare che qualche tentacolo dell’attinia vada a finire inavvertitamente sul dorso delle mani o in qualche

taglio delle dita.

Una volta lavate andranno fatte scolare

In un recipiente uniamo $\frac{3}{4}$ di semola di grano duro e $\frac{1}{4}$ di farina 00 di grano

Versiamo le attinie nel recipiente e insemoliamole

Scuotiamo la semola in eccesso e versiamo le attinie nell'olio bollente (in piccole quantità per evitare di abbassare eccessivamente la temperatura dell'olio), friggendole fino a farle dorare, bastano pochi minuti di cottura.

Raccogliamo e scoliamo le attinie con una schiumarola e le depositiamo nella carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.

Saliamo e serviamo calde.

Chi vuole può aggiungere qualche goccia di limone