



## Fregnacce

Codice identificativo della ricetta: **RM53**

Comune: **Amandola**

Categoria: **Primo**

### Descrizione del piatto

Cosa sono le fregnacce e perché questo curioso e divertente nome? Sono una specie di cannelloni, ma senza ripieno, senza cioè quel succulento impasto che conosciamo fatto di carne, uova formaggio e spezie. In questo piatto, tipico della stupenda città di Amandola, a ridosso dei monti Sibillini, il ripieno non c'è, ed ecco il motivo del nome "fregnacce" che in dialetto locale è sinonimo di sciocchezza, frottola... Si trattava infatti di un inganno dettato dalle necessità di quel tempo in cui le famiglie contadine più povere non avevano la possibilità di comprare quanto necessario per il ripieno dei cannelloni. Gli ingredienti, quindi, sono quelli che all'epoca erano di facile reperibilità. Le fregnacce, da un punto di vista storico, è un piatto di origini medievali; già nel XIV - XV secolo nelle Marche si usava condire impasti di acqua e farina e uova non con formaggio pecorino secco e burro. Questa, sarebbe, in realtà, la ricetta originale. Nella metà degli anni '90 si inizia a condire le fregnacce con sugo rosso di carne. Oggi molti ristoranti del territorio amandolese propongono questo gustoso e nutriente piatto. C'è anche una sagra.

### Ingredienti e dosi

Farina e uova per sfoglia (1 uovo ogni 100 gr di farina), pecorino secco, burro a sentimento.

### Preparazione e cottura

Ricetta antica: tirare la sfoglia di pasta all'uovo sottile e tagliarla a scacchi 10x10 cm. Farla bollire in acqua e sale, appena cotta scolare e mettere in padella con burro e pecorino. Arrotolare la sfoglia e mettere in un piatto (come fossero cannelloni) mettere sopra alto condimento. Variante: condire con sugo di carne.

Cottura in tegame.

### "Valorizzazione della tradizione culinaria marchigiana"

Come stabilito dalla Legge Regionale n. 06/2024, per la creazione di un Registro Digitale di ricette tipiche marchigiane.

