

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Cuccia di Santa Lucia

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sicilia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [240 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE:

+ 3 GIORNI PER L'AMMOLLO DEL GRANO (SE USI IL GRANO SECCO)



La **Cuccia di Santa Lucia** è molto più di un semplice dolce: è una **ricetta** che racchiude una tradizione secolare, un rito che si celebra in Sicilia, e in particolare a Palermo e Siracusa, ogni **13 dicembre**. È un dessert al cucchiaio unico nel suo genere, dove la consistenza rustica del grano cotto incontra la cremosità vellutata della ricotta di pecora. La sua crema di ricotta la rende parente stretta dei dolci più famosi dell'isola, come i **Cannoli Siciliani** e la sontuosa **Cassata Siciliana**. L'uso del grano cotto, invece, la accomuna a un altro capolavoro della pasticceria del Sud, la **Pastiera Napoletana**. È un

dolce delle feste, proprio come gli [struffoli napoletani](#) o il ricco [Buccellato](#) palermitano.

INGREDIENTI PER LA BASE DELLA CUCCIA

GRANO TENERO oppure 400-500 g. di grano precotto - 200 gr

SALE 1 pizzico

BICARBONATO solo se usi il grano secco - 1 cucchiaio da tè

INGREDIENTI PER IL CONDIMENTO DELLA CUCCIA DI SANTA LUCIA

RICOTTA DI PECORA Fresca e ben scolata - 400 gr

ZUCCHERO SEMOLATO 150 gr

CIOCCOLATO FONDENTE a scaglie o in gocce - 60 gr

CANNELLA IN POLVERE

GRANELLA DI PISTACCHI facoltativa -

PREPARAZIONE DEL GRANO (DA INIZIARE 3 GIORNI PRIMA)

1 Se usi il grano precotto, salta direttamente alla Fase 2.

Ammollo: Metti il grano secco in una ciotola capiente e coprilo con abbondante acqua fredda. È importante cambiare l'acqua ogni giorno per 3 giorni consecutivi per ammorbidire la cuticola del chicco.

- 2 **Cottura:** Il giorno della preparazione, scola il grano e sciacqualo bene. Mettilo in una pentola grande, coprilo con molta acqua fresca e aggiungi mezzo cucchiaino di bicarbonato.
- 3 **Bollitura:** Porta a bollore e fai cuocere a fuoco basso per circa 3 o 4 ore (o secondo le indicazioni della confezione). Il grano deve risultare tenero e alcuni chicchi dovranno "scoppiare" leggermente.
- 4 **Raffreddamento:** A fine cottura, aggiungi un pizzico di sale. Spegni il fuoco e lascia raffreddare il grano nella sua acqua di cottura. Questo passaggio è fondamentale per non farlo seccare. Una volta freddo, scolalo molto bene in uno scolapasta (deve essere asciutto prima di incontrare la ricotta).

PREPARAZIONE DELLA CREMA DI RICOTTA

- 1 **Scolatura:** La ricotta deve essere asciutta. Se è molto acquosa, lasciala scolare in un setaccio per un paio d'ore in frigo.
- 2 **Lavorazione:** Metti la ricotta in una ciotola e lavorala con lo zucchero usando una forchetta o una frusta a mano.
- 3 **Setacciatura (Il segreto):** Per ottenere una crema vellutata come in pasticceria, passa la ricotta lavorata attraverso un setaccio a maglie fini. Diventerà una crema liscia e setosa.

ASSEMBLAGGIO DELLA CUCCIA

- 1 **Unione:** In una ciotola capiente unisci il grano (ben scolato e freddo) alla crema di ricotta.
- 2 **Mescolamento:** Amalgama delicatamente finché il grano non è completamente avvolto dalla crema.
- 3 **Arricchimento:** Aggiungi le gocce di cioccolato fondente e i cubetti di frutta candita

(arancia e zuccata). Mescola ancora

RIPOSO E SERVIZIO

- 1** Riposo: La Cuccia è più buona se riposa. Copri la ciotola e mettila in frigorifero per almeno 2-3 ore prima di servire. I sapori si fonderanno alla perfezione.
- 2** Impiattamento: Servi la cuccia in coppette individuali.
- 3** Guarnizione: Spolvera la superficie con un po' di cannella in polvere e, se ti piace, un po' di granella di pistacchio o qualche scaglia di cioccolato extra.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: Essendo a base di grano, la ricetta tradizionale non è adatta. Si può però creare una versione alternativa utilizzando del riso (cuocendolo per assorbimento fino a renderlo tenero) o altri cereali senza glutine come il miglio o la quinoa. Il sapore sarà diverso, ma l'idea di base rimarrà.

Versione senza lattosio: La variante "al cioccolato" è perfetta. Basterà preparare un budino denso con una bevanda vegetale (latte di mandorla o di soia), cacao, zucchero e amido di mais per legare.

Versione light: Utilizza una ricotta vaccina light ben scolata al posto di quella di pecora e riduci la quantità di zucchero e di cioccolato.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto per una crema di ricotta liscia e vellutata, come quella di pasticceria, è setacciarla. Dopo averla lavorata con lo zucchero, passala attraverso un setaccio a maglie fini: questo romperà ogni granello e la renderà incredibilmente setosa.

Lo sfizio in più: Aggiungi alla crema di ricotta la scorza grattugiata di un'arancia non trattata o un goccio di acqua di fiori d'arancio. Il profumo degli agrumi si sposa meravigliosamente con gli altri ingredienti.

L'idea per i bambini: La versione al cioccolato è sicuramente la più amata dai più piccoli. Puoi anche servirla in piccole coppette e farli divertire a decorarla con codette di cioccolato e granella di pistacchio.

Idea antispreco: Se ti avanza della crema di ricotta, è perfetta per farcire dei cannoli, per condire una fetta di pane tostato a colazione o semplicemente da gustare al cucchiaino con una spolverata di

cannella.

COME SI CONSERVA LA CUCCIA

La Cuccia si conserva in frigorifero, coperta con pellicola o in un contenitore ermetico, per un massimo di 2-3 giorni. Anzi, è più buona se preparata con qualche ora di anticipo, per dare ai sapori il tempo di fondersi.