

Chi ha inventato le polpette? Storia della pietanza in cui la cucina sicula eccelle

Autore: Redazione

Data: 08 Novembre 2021



Uno dei piatti più amati, non solo in Sicilia

- **Chi ha inventato le polpette?** E perché **si chiamano così?**
- La **risposta** sembra facile, ma non lo è affatto.
- Storia e curiosità su una delle **pietanze** in cui la **cucina sicula** eccelle.

Esistono **piatti** che mangiamo spesso, ma di cui tuttavia non sappiamo granché. **Ricette della tradizione**, sì, alle quali ci siamo abituati, senza mai soffermarci troppo sulla loro storia. Se, ad esempio, parlassimo di [polpette](#), quanti di voi saprebbero riportarne le **origini**?

Già: **chi ha inventato le polpette?** Domanda apparentemente semplice ma che, tuttavia, richiede una **risposta** abbastanza complessa. La versione tradizionale è a base di **carne macinata**, ma anche di pesce o di verdure sono davvero buone. Semplici, ma versatili, vengono interpretate in

modi infiniti. Le loro vicende ci portano in **Medio Oriente** e, tanto per cambiare, chiamano in causa la [cucina Araba](#). Mettetevi comodi, c'è molto da scoprire.

Chi ha inventato le polpette? Le origini

La **teoria** più accreditata vede nascere le polpette in Persia. Sono le “**kofta**”, un nome che deriverebbe dalla parola persiana “**koofteh**”, che significa “**carne pestata**”. Dalla Persia si sono diffuse in tutto il Medio Oriente. Con l'occupazione araba della Persia, le tradizioni culinarie dei persiani hanno finito per segnare la cucina araba in modo duraturo. Le polpette, dunque, sono sopravvissute con il nome di **bonâdiq**. E non finisce certo qui.

Le polpette arrivarono in **Europa** quando gli arabi hanno **conquistato la Spagna**. Sapete come si dice “polpette” in spagnolo? Albondigas, da quel famoso “**al-bonâdiq**”. Ci sono moltissime ricette mediorientali a base di carne tritata. Si sa anche che le polpette venivano preparate nell'antica Roma. Apicio le chiama *esicia omentata*, ma non sono altro che polpette fatte con vino rosso, bacche di mirto e [garum](#), avvolte nell'omento (la **rete di maiale**).

Maestro Martino, nel “Libro de arte coquinaria”, usa proprio la parola polpette: “Per fare polpette di [carne de vitello](#) o de altra bona carne, in prima togli de la carne magra de la cossa et tagliala in fette longhe et sottili et battile bene sopra un tagliero o tavola con la costa del coltello, et togli sale et finocchio pesto et ponilo sopra la ditta fetta di carne. Dapoi togli de petrosimolo, maiorana et de bon lardo et batti queste cose insieme con un poche de bone spetie, et distendile bene queste cose in la dicta fetta. Dapoi involtela insieme et polla nel speto accocere. Ma non la lassare troppo seccar al focho”.

Perché le polpette si chiamano così?

Sappiamo dunque **chi ha inventato le polpette**, ma il nome con cui le conosciamo, come è nato? Secondo alcune interpretazioni, la parola “polpetta” farebbe riferimento al termine francese paupière, cioè “palpebra”. Il collegamento, un po' forzato, è nel movimento delle mani. Nella [preparazione delle polpette](#) ricorderebbe quello delle palpebre quando si chiudono. Certo, non è proprio una **spiegazione** convincente.

Quel che è certo, invece, è che le **polpette** continueranno a sopravvivere alle **epoche** e alle **mode**. Sono talmente famose, che già il celeberrimo Pellegrino Artusi ne parlava così: “Non crediate che io abbia la pretensione d'insegnarvi a far le polpette. Questo è un piatto che tutti lo sanno fare cominciando dal ciuco, il quale fu forse il primo a darne il modello al genere umano”. Come dargli torto? Incredibile pensare come un piatto semplice, come una polpetta, possa accomunare **popoli** e **culture** di tutto il mondo.

In **Sicilia** abbiamo fatto delle polpette una vera e propria arte. Da **quelle di carne**, le più classiche, passando attraverso le famosissime [polpette di sarde](#) e approdare poi a [quelle di verdure](#), non ce n'è un tipo che non siamo in grado di fare! **Foto: [Fredrik Rubensson](#) – [Licenza](#)**.

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/chi-ha-inventato-le-polpette/>

Generato il 26/04/2025