

Gidate di Prizzi, una bontà ripiena dei Monti Sicani: la ricetta

Autore: Romina Ferrante

Data: 10 Gennaio 2024



A [Prizzi](#), piccolo borgo medievale palermitano nel cuore dei **Monti Sicani**, abbarbicato su una rocca di 1045 metri sul livello del mare, c'è un tesoro gastronomico che in pochi conoscono: le “**Gidate di Prizzi**”, conosciute anche come “**Gidate siciliane**”.

Questa antica ricetta, tramandata da generazioni, rappresenta un'autentica delizia per il palato, un viaggio nei sapori più genuini e autentici della cucina siciliana.

Le Gidate sono delle focacce di pane, diffuse sui [Monti Sicani](#), ripiene con **bietola**. Da questa verdura, conosciuta con il nome di Gira, deriva il particolare nome “Gidate”.

Per dare vita a questa ricetta viene solitamente usata la bietola selvatica (*Beta vulgaris* subsp. *maritima*, loc. nota come Giri, Zarchi, Sarchi), che cresce nei terreni coltivati, nelle aree incolte e nei pascoli del territorio siciliano.

Nella Gidata questa verdura, tipica di molti piatti della **cucina tradizionale regionale**, si accompagna ad altri ingredienti della cucina tradizionale come le patate, il pomodoro, il pecorino, la

cipolla, l'aglio, i filetti di acciuga, la salsiccia e l'olio extravergine di oliva, che conferiscono a questa focaccia un sapore unico.

La loro consistenza croccante all'esterno e soffice all'interno rende le Gidate siciliane irresistibili, un'esplosione di gusto, che cattura l'essenza della cucina siciliana tradizionale.

Questo piatto è un omaggio alla ricchezza culinaria dell'isola. La ricetta, custodita gelosamente dalle famiglie di Prizzi, è un vero e proprio **patrimonio gastronomico** che merita di essere riscoperto e apprezzato anche al di là dei confini locali.



Spinach pie pieces in a plate

La ricetta delle Gidate siciliane

Ingredienti

Per l'**impasto** delle Gidate servono:

- 2 kg di farina di grano duro;
- 2 cubetti di lievito di birra;
- 80 g di sale fino;
- 1 lt (circa) di acqua tiepida.

Per il **ripieno** servono:

- 200 ml di olio extravergine di oliva;
- 5 coste, (bietole);
- 1kg di patate;
- 4 cipolle;
- 4 spicchi di aglio;
- 1 kg di salsiccia;
- Acciughe a piacere;

- 500 ml di passata di pomodoro;
- 200 gr di pecorino grattugiato.

Procedimento

1. Su una spianatoia disponete la farina a fontana, sciogliete il lievito nell'acqua tiepida, mescolate e versate nella fontana;
2. Aggiungete il sale ed impastate per 20-25 minuti continuamente fino ad ottenere un composto duro ed omogeneo. Potete aiutarvi con una planetaria;
3. Formate un panetto, disponetelo in una ciotola infarinata e coprite con un panno di cotone, facendolo lievitare in un luogo caldo per 2 ore;
4. Lavate e tagliate le bietole a pezzetti, versateli in un recipiente e mescolateli. Si consiglia di posizionare un peso sopra la verdura per eliminare l'acqua in eccesso;
5. Aggiungete le patate sbucciate e tagliate a piccoli tocchetti, il pomodoro pelato, il pecorino grattugiato, la cipolla e l'aglio tagliati finemente, insieme ai filetti di acciughe diliscati e spezzettati, la salsiccia uscita dal budello e sbriciolata;
6. Strizzate bene le bietole, unitele al condimento, conditele con l'olio extravergine di oliva, amalgamate bene il tutto e fate riposare;
7. Con l'impasto lievitato, ricavate dei panetti di 120 g e formate delle palline;
8. Stendetele con il mattarello, sul piano di lavoro ben infarinato, ottenendo uno spessore di pochi millimetri;
9. All'interno della sfoglia così ottenuta adagiate due cucchiaini di ripieno, inumidite i bordi e richiudete unendo la parte superiore con quella inferiore;
10. Schiacciate bene i bordi in modo che possano ben saldarsi tra di loro;
11. Con una forchetta punzecchiate la superficie, spennellate con un po' di olio extravergine d'oliva e cuocete in un forno caldo a 200 gradi per 20/25 minuti;
12. Quando hanno assunto un colore bello dorato, le nostre Gidate sono pronte;
13. Coprite le Gidate appena sfornate con un panno da cucina finché non si saranno intiepidite;
14. Ora potete gustare la Gidata. Buon appetito!

Foto da [Depositphotos](#)

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/gidate-prizzi-ricetta/>

Generato il 09/06/2026