È tempo di muffulette! Dall’impasto al morso, come fare in casa il pane siciliano della tradizione

Autore: Redazione

Data: 27 Ottobre 2026

In molte culture il ricordo di chi non c’è più passa dalla tavola: un piatto preparato per l’occasione, un sapore che torna ogni anno nello stesso giorno. In Sicilia, il 2 novembre, questo compito spetta a un **pane rotondo**, **morbido** e **ricoperto di sesamo**.

Si chiama **muffuletta palermitana**, ma la si trova anche come **moffoletta** o **muffoletta**, e accompagna la Commemorazione dei defunti da tempi lontanissimi. La si trova nei panifici tutto l’anno, ma è a novembre che dà il meglio di sè.

Il pane della Commemorazione dei defunti

La muffuletta è legata al giorno che in Sicilia tutti chiamano semplicemente “giorno dei morti”. Le sue origini sono **antichissime** e il suo posto nel calendario è preciso: arriva in tavola proprio il 2 novembre.

Il suo fascino sta nella semplicità. Per tradizione si apre a metà e si condisce con pochissimo: olio, sale e acciughe. Su questa base essenziale, però, ogni casa ha costruito le proprie varianti, tanto che oggi è un pane capace di mettere d'accordo tutti.

Classica, cunzata o con il condimento dello sfincione

La **versione classica** prevede olio extravergine d'oliva in abbondanza, meglio ancora se olio nuovo, filetti di acciughe, sale e pepe. Chi vuole può aggiungere del caciocavallo.

La **versione "cunzata"**, cioè condita, cambia registro ma resta semplicissima: pomodoro fresco a fette, primosale, origano, sale e pepe, sempre su una base di olio extravergine.

Gli ingredienti per 4 moffolette grandi

Per l'impasto

- 500 g di farina 0
- 235 ml di acqua
- 35 ml di olio di semi
- 15 g di zucchero
- 15 g di sale
- 10 g di lievito di birra fresco
- semi di sesamo q.b.

Per la versione classica: olio extravergine d'oliva, filetti di acciughe, sale, pepe e, a piacere, caciocavallo.

Per la versione cunzata: olio extravergine d'oliva, pomodoro fresco, primosale, origano, sale e pepe.

Come preparare la moffoletta palermitana

Lasciate l'acqua fuori dal frigorifero per almeno mezz'ora, poi scioglieteci il lievito. Versate la farina in una ciotola, unite l'acqua con il lievito e mescolate con una forchetta. Aggiungete l'olio di semi, lo zucchero e infine il sale.

Impastate a mano o in planetaria. Quando si forma un panetto, trasferitelo sul piano di lavoro e lavoratelo per circa dieci minuti, finché non diventa liscio ed elastico. Copritelo con pellicola e lasciatelo lievitare per un'ora nel forno spento con la luce accesa, fino al raddoppio del volume.

Dividete l'impasto in pezzi da 200 g per ottenere 4 moffolette grandi, oppure da 100 g per averne 8 più piccole. Ripiegate i lembi di ciascun pezzo verso il centro, poi pirlate fino a ottenere delle sfere regolari. Copritele con un panno e lasciatele riposare 20 minuti.

Schiacciate ogni pallina dal centro verso l'esterno per formare un disco, spennellate la superficie con acqua e premetela delicatamente in un piatto di sesamo. Sistemate le moffolette in teglia e fatele lievitare per un'altra ora.

Cuocete in forno statico preriscaldato a 200°C per 20 minuti. Per una crosta più consistente, mettete un pentolino d'acqua sul fondo del forno durante il preriscaldamento o usate la funzione vapore.

Lasciate intiepidire, tagliate a metà e condite: olio, acciughe intere o spezzettate, sale e pepe per la classica; pomodoro, primosale, origano, sale e pepe per la cunzata. Richiudete e portate in tavola.

Un rito che si rinnova ogni anno

La muffuletta è un pane tanto semplice, quanto speciale. Un gesto domestico, silenzioso, che ogni anno riporta in cucina gli stessi profumi nello stesso giorno.

Ed è forse proprio questa sua essenzialità ad averla fatta arrivare fino a noi: un impasto semplice, un condimento povero e una data che in Sicilia non ha bisogno di spiegazioni.

Riferimento articolo: https://www.siciliafan.it/muffuletta-palermitana-ricetta-siciliana/

Generato il 12/11/2026