

# PANADA

---

P A T

Prodotto Agroalimentare Tradizionale  
della Sardegna



*Foto: Laore Sardegna – Rita Murgia*

**Sinonimi:** Empanada (pl. Empandas)

**Territorio interessato alla produzione:** tutto il territorio della Sardegna, con particolare riferimento ai comuni di Oschiri (comune capofila e di origine), Berchidda e Pattada .

La panada è un involtino di pasta con ripieno di carne di agnello, vitello o maiale. si presenta di forma cilindrica alta cm. 4/5, dal raggio di circa cm. 5, ornata da un "cordoncino". sul disco superiore e dal peso di circa gr. 150.



*Foto: Laore Sardegna – Rita Murgia*

## **Lavorazione e conservazione**

Gli ingredienti per la pasta che racchiude il ripieno della panada sono i seguenti: 1 Kg. di semola di grano rimacinata, 250 gr. di strutto animale impastati ad acqua e un pizzico di sale.

L'impasto viene lavorato fino a quando diviene liscio e viene fatto "riposare" per circa due ore. Durante tale arco di tempo viene preparato il ripieno che nel suo composta più diffuso è costituito da 1 Kg. di carne di agnello oppure da 500 gr. di carne di vitella e 500 gr. di carne di maiale. La carne viene tagliata a dadini e ad essa si aggiungono 400 gr. di lardo macinato e pulito dal sale e un pizzico di pepe; nella produzione casalinga oschirese della panada si sottolinea con vigore l'importanza che il pizzico sia preso con tre dita - indice pollice e anulare - a significare un "pizzico abbondante". Si aggiunge inoltre prezzemolo a piacere e un particolare composto prodotto da acqua (due dita in un bicchiere) nella quale vengono fatti macerare per 30 minuti 27 gr. di sale e uno spicchio d'aglio tagliato finissimo. Amalgamato per bene il ripieno, si passa alla lavorazione della pasta, che viene stesa e ritagliata in tanti "dischi" di due differenti dimensioni: grande per la "base" e piccola per il "coperchio".

Il disco grande viene lavorato in forma di tazza e nella sua cavità si aggiunge il ripieno di carne e si chiude con il coperchio, ossia il disco di pasta più piccolo. Le dosi sopra indicate consentono di ottenere circa 20 panadas. La chiusura è operazione particolarmente delicata e dimostra l'abilità della massaia, che unisce con l'indice ed il pollice i bordi della pasta a forma di cordoncino, con un risultato al tempo stesso funzionale

e decorativo. Una panada ben chiusa non si aprirà in fase di cottura e manterrà un aspetto simile a quello di un dolce. La panada va cotta alla temperatura di 200 per circa 20 minuti. Il prodotto va consumato caldo o tiepido ed è commercializzato in confezioni (generalmente da due panadas in vaschette coperte da cellophane) precotto da riscaldare a cura del consumatore.

La pasta viene tradizionalmente lavorata sul legno, mentre il ripieno di carne a volte in "sa conca" (recipiente in legno) oppure in "su conculu" (recipiente in terracotta). Nelle pasticcerie odierne vengono utilizzate le attrezzature che normalmente si usano per la lavorazione della pasta, ma non è stata trovata alcuna soluzione per la "chiusura" della panada la cui elevata laboriosità manuale viene in qualche caso sostituita con la rotella tagliapasta, sicuramente efficace ma esteticamente meno decorativa.

### **Storia e tradizione**

Prodotto arcaico noto dai tempi di Pietro IV d'Aragona nel XV secolo che ne parlava come "empanadas", il prodotto ha subito qualche trasformazione nel tempo relativamente al ripieno. Pare che le panadas originali fossero ripiene di anguilla, pesce particolarmente grosso che abbondava nel vicino fiume Coghinas. Il ripieno era composto da un'unica fetta di anguilla di cm. 4 condita con un cucchiaino d'olio, prezzemolo, un pizzico di pepe ed aglio. Successivamente si diffuse il ripieno di agnello tagliato a "tocchi" con le ossa, la cui presenza pare donasse un sapore più intenso e completo al tutto. Attualmente la panada è mediamente diffusa nel Monte Acuto: è presente nelle feste religiose (in particolare alla festa di Madonna di Castro in primavera nelle campagne di Oschiri) e nei banchetti nuziali oltre che nelle proposte dei menù agrituristici dove viene presentata a volte come antipasto a volte come secondo. Molti bar propongono la panada come break o pratico e veloce spuntino.

## Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT)

Sono prodotti le cui metodiche di lavorazione, conservazione e stagionatura risultano consolidate nel tempo, omogenee per tutto il territorio interessato, secondo regole tradizionali, per un periodo non inferiore ai venticinque anni.

I PAT sono inseriti in un elenco predisposto dal Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali su indicazione delle regioni. Regolamentati dal decreto del 18 luglio 2000, si collocano al di fuori della normativa sulle attestazioni DOP, IGP e STG.

[Approfondimenti sul sito SardegnaAgricoltura \[link\]](#)



---

# Laore

Agenzia regionale  
pro s'isvilupu in agricoltura  
Agenzia regionale  
per lo sviluppo in agricoltura



REGIONE AUTONOMA DE SARDIGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

Agenzia Laore Sardegna

Via Caprera n. 8 - Cagliari (CA)

e-mail: [sardegnaagricoltura@regione.sardegna.it](mailto:sardegnaagricoltura@regione.sardegna.it)

web: [www.sardegnaagricoltura.it/assistentzatecnica](http://www.sardegnaagricoltura.it/assistentzatecnica)

social: [Facebook](#) | [YouTube](#)

Fonte: testi tratti [dall'elenco ufficiale \[Link\]](#)

Ultimo aggiornamento: aprile 2021



[Creative Commons - Attribuzione - Condividi allo stesso modo - 4.0 Internazionale](#)