

SOS PINOS

P A T

Prodotto Agroalimentare Tradizionale
della Sardegna



Foto: Laore Sardegna – Antonio Cossu

Territorio interessato alla produzione: intero territorio regionale con particolare riferimento alla zona del Goceano.

È un dolce di forma sferica, del diametro di 4-5 cm, di colore giallo oro, ottenuto dall'unione di piccoli pezzi di pasta fritta a forma di pinolo cementati fra loro dalla cottura con il miele.



Foto: Laore Sardegna – Antonio Cossu

Lavorazione e conservazione

Gli ingredienti sono: semola di grano duro, uova fresche, acqua, olio di semi o d'oliva, miele sardo. L'impasto va preparato amalgamando la semola con le uova (1 kg di semola per 6/7 uova). Questo va lavorato per bene fino ad ottenere un prodotto liscio ed omogeneo; viene quindi spezzettato in piccole parti e lavorato con le mani, ricavando delle strisce sottili simili a degli spaghetti, dai quali si ottengono dei piccoli pezzi a forma di pinolo della lunghezza di un centimetro. È proprio da questa forma che deriva il nome: sos pinos. I pinoli così ottenuti andranno in seguito fritti nell'olio (in passato si usava s'ozu casu, ossia il burro). A fine cottura, vanno rimessi in padella e addizionati di miele fino a fargli assumere un colore dorato ma non troppo scuro. I piccoli pezzi di pasta vanno modellati e uniti durante la cottura fino ad ottenere svariate forme.

Storia e tradizione

Sos Pinos, così come altri prodotti tradizionali della zona, venivano preparati in occasione dei matrimoni. La loro origine è antica e documentata dalle testimonianze degli anziani del paese.

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

web: 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](#)