

CUBBAITA SICILIANA



La Cubbaita è un dolce tipico siciliano, le sue origini sono arabe infatti il suo nome deriva dall'arabo "quibbiat" e significa mandorlato, questo è un torrone composto da mandorle e miele.

Questo dolce croccante che da secoli delizia i palati di grandi e piccini è molto diffuso in tutta la Sicilia anche se ne preparano di diverse specie e nonostante sia facile reperirlo durante tutto l'anno viene servito in particolare nel periodo natalizio. Una sua variante più conosciuta è la "giggiulena", in cui il croccante di mandorle viene ricoperto con semi di sesamo e miele, ad esempio a Scicli, in provincia di Ragusa, la "cubbaita" viene realizzata interamente con i semi di sesamo e il miele.

Dosi e tempo di preparazione:

- Dosi: 4
- Tempo preparazione: 10m

- Tempo cottura: 5m
- Tempo totale: 15m

Ingredienti:

- Zucchero semolato: 100 gr;
- Miele: 50 g;
- Mandorle tostate: 200 gr;
- Buccia di arancia 50 gr.

Preparazione:

Per la realizzazione la “cubbaita” bisogna inserire in una casseruola a fondo spesso e su fuoco basso lo zucchero.

Una volta sciolto lo zucchero ed aver ottenuto un colore dorato, occorre aggiungere il miele e le mandorle ed amalgamare il tutto per qualche minuto e spalmare un pizzico d’olio EVO sul piano di marmo o sulla base su cui si verserà il composto.

a questo punto si può distribuire il composto con una spatola anch’essa ben oleata ad uno spessore di 1 centimetro e tagliare il composto sempre con il coltello oleato così da formare dei quadrati.

Quando la cubbaita si sarà raffreddata e solidificata si potrà togliere i pezzetti quadrati dal marmo. Così il dolce è pronto per essere servito e gustato.

Scheda Nutrizionale:

- Peso (g) 100
- Calorie (kcal) 475
- Calorie (kj)
- Grassi Totali (g) 29
- Proteine (g) 11
- Carboidrati (g) 50