



Holiday banquet from the MOON

CHRISTMAS COOKBOOK



Natale 2025

Amuse bouche

Anguilla allo "scabecciu"

Antipasti

La zuppetta con le cozze Nieddittas di Arborea

Il pane frattau 2.0

Primo piatto

Culurgiones -pasta tipica sarda- con polpa di ricci e scaglie di bottarga

Secondo

Su prattu de cassa -il piatto del cacciatore-

Dessert

Sa sevada o seadas

AMUSE BOUCHE ANGUILLA ALLO “SCABECCIU”

Ingredienti per 8 persone

1 kg di anguille
400 g di semola rimacinata
2 lt olio di semi di girasole
½ lt aceto di vino bianco
½ lt vino bianco
800 gr di cipolle
2 spicchi di aglio
Sale qb
Zucchero qb
Alloro

Procedimento

Sviscerare e pulire bene le anguille, eliminando le lische e la testa. Una volta finito, mettere a bollire l'aceto insieme al vino. Nel frattempo, tagliare le cipolle a julienne e tritare l'aglio. Una volta raggiunto il bollore, aggiungere le cipolle, l'aglio e l'alloro. Ridurre il composto di 1/4, salare e zuccherare, fino a raggiungere un sapore agrodolce. In seguito, tagliare le anguille in piccoli tranci e panare con la semola. Portare l'olio di semi a 175° e friggere le anguille, da spolverare con il sale a fine cottura. Posizionare le anguille in una teglia, ricoprirlle con il composto agrodolce e lasciare riposare per 24 ore.

Origini

Lo scabecciu è una salsa nonché un metodo di conservazione tipico del sud Sardegna, che viene usato oltre che per il pesce, anche per la carne e le verdure. È una preparazione agrodolce fatta con aceto, vino, cipolle aglio e alloro. Il nome deriva dallo spagnolo *escabeche* che si riferiva ad un tipo di conservazione degli alimenti sottaceto. Inoltre, la parola *escabeche*, si riferisce ad un piatto tipico della Persia chiamato *sikb - badil*, che giunse in Spagna con l'invasione musulmana.

AMUSE BOUCHE EL "SCABECCIU"

Ingredients for 8 people

1 kg eel
400 g re-milled semolina
2 L sunflower oil
500 ml white wine vinegar
500 ml white wine
800 g onions
2 garlic cloves
Salt, to taste
Sugar, to taste
Bay leaves

Preparation

Clean and gut the eels thoroughly, removing bones and head. Bring the vinegar and wine to a boil. Meanwhile, slice the onions into julienne strips and finely chop the garlic. Once boiling, add onions, garlic and bay leaves. Reduce the mixture by one quarter, seasoning with salt and sugar until it becomes pleasantly sweet and sour. Cut the eels into small pieces and coat them with semolina. Heat the sunflower oil to 175°C and fry the eel until crisp; salt immediately. Arrange the eel pieces in a dish, cover with the sweet-and-sour marinade and let rest for 24 hours.

Origins

Scabeciu is both a sauce and a traditional preservation method from southern Sardinia. It is used not only for fish, but also for meat and vegetables. It's an agrodolce (sweet-and-sour) preparation made with vinegar, wine, onions, garlic and bay leaves. Its name comes from the Spanish word "escabeche", which referred to a way of preserving food in vinegar. The term escabeche itself traces back to a traditional Persian dish called "sikbāj (or sikb-bādī)", which reached Spain during the Muslim conquest.

ANTIPASTI

LA ZUPPETTA CON LE COZZE NIEDDITAS DI ARBOREA

Ingredienti per 8 persone

2 kg di cozze
250 gr di pomodori pelati (Antonella o Cirio)
Vermentino di Sardegna 30 cl
2 spicchi di aglio
Olio EVO qb (consiglio cultivar Semidana)
Basilico fresco
Sale qb
Peperoncino dolce sardo

Procedimento

Preparare in un pentolino una salsa di pomodoro semplice facendo un piccolo soffritto di aglio aggiungendo i pelati ed un pizzico di sale. Portare a bollore la salsa e lasciare cucinare per almeno 20 minuti. Nel frattempo, lavare e pulire attentamente le cozze, facendo particolare attenzione ad eliminare la barbetta. Preparare il tegame per le cozze con un filo d'olio EVO da scaldare per poi inserire le cozze. Lasciare riscaldare le cozze finché l'olio non sfrigola e sfumare con il vermentino. Far evaporare l'alcol del vino e aggiungere la salsa di pomodoro. Coprire il tegame finché le cozze non si aprono. A fine cottura, aggiungere il basilico spezzettato a mano, lasciando riposare le cozze per un minuto.

P.S: Non tagliare il basilico al coltello onde evitare l'ossidazione dello stesso che comporta la perdita dei sapori e dei profumi che lo contraddistinguono.

Origini

La zuppetta di cozze affonda le sue radici nella cucina povera dei pescatori sardi, che utilizzavano ciò che il mare offriva ogni giorno. Le cozze venivano cotte in una salsa semplice di pomodoro, vino e basilico, preparata direttamente sulle barche o nelle case vicino ai porti. È un piatto essenziale, nato per valorizzare ingredienti freschi e sapori schietti, che ancora oggi racconta l'intimità delle cucine di mare e il legame profondo tra Sardegna e Mediterraneo.

STARTERS

MUSSEL SOUP WITH NIEDDITTAS MUSSELS FROM ARBOREA

Ingredients for 8 people

2 kg mussels
250 g peeled tomatoes (Antonella or Cirio)
300 ml Vermentino di Sardegna
2 garlic cloves
Extra virgin olive oil (Semidana cultivar is recommended)
Fresh basil
Salt, to taste
Sweet Sardinian chili pepper

Preparation

Prepare a simple tomato sauce by lightly sautéing garlic in oil, adding the peeled tomatoes and a pinch of salt. Simmer for at least 20 minutes. Clean the mussels carefully, removing beards. Heat a drizzle of EVO oil in a pot, add the mussels, and once the oil sizzles, deglaze with Vermentino. Allow the alcohol to evaporate, then add the tomato sauce. Cover and cook until the mussels open. Finish with torn basil leaves and rest for one minute.

Tip: Tear basil by hand to avoid oxidation, which alters its aroma and flavour.

Origins

This mussel soup has its roots in the humble cooking of Sardinian fishermen, who relied on whatever the sea offered each day. Mussels were simmered in a simple sauce of tomatoes, wine, and basil, prepared directly on their boats or in the small houses near the ports. It is an essential dish, created to elevate fresh ingredients and straightforward flavors. Still today, it reflects the warmth of coastal kitchens and the deep bond between Sardinia and the Mediterranean.

ANTIPASTI IL PANE FRATTAU 2.0

Ingredienti per 8 persone

400 gr di Pane carasau
8 uova
250 gr di pomodori pelati (Antonella o Cirio)
Olio EVO qb
Basilico fresco
Sale qb
Pecorino sardo grattugiato qb
1 lt Olio di semi di girasole
1 cipolla media tritata
30 cl di aceto bianco

Procedimento

Preparare in un pentolino una salsa di pomodoro semplice facendo un piccolo soffritto di cipolla aggiungendo i pelati ed un pizzico di sale. Portare a bollore la salsa e lasciare cucinare per almeno 20 minuti. Dividere il foglio di carasau in quattro spicchi. In un tegame portare l'olio di semi a 175°, quando l'olio è a temperatura, con l'aiuto di due mestoli bagnare il pane nell'olio caldo fino a creare una sorta di cestino e scolare e lasciare a parte. In seguito, in un pentolino fondo aggiungere acqua e aceto e portare a bollore. Creare un vortice con il cucchiaio e inserire l'uovo intero per un minuto circa, finché l'albumine non diventa bianco. Adagiare l'uovo nel cestino di pane ed aggiungere la salsa di pomodoro e il formaggio grattugiato.

PS: Se si dispone di un Roner, l'uovo in camicia si può fare direttamente a bassa temperatura portando l'acqua a 63° e tenendo le uova a bagno per un'ora.

Originì

Il pane frattau nasce come ricetta di recupero nelle case dei pastori del centro Sardegna, dove il pane carasau veniva ammorbidito nel brodo di pecora e condito con pomodoro e pecorino. Era un piatto semplice, nutriente, pensato per dare energia dopo le lunghe giornate nei campi. Nel tempo questa preparazione si è trasformata in una vera icona della cucina sarda, unendo l'umiltà degli ingredienti alla sapienza antica della panificazione e del vivere pastorale.

STARTERS PANE FRATTAU 2.0

Ingredients for 8 people

400 g pane carasau
8 eggs
250 g peeled tomatoes
Extra virgin olive oil
Fresh basil
Salt
Grated Sardinian pecorino
1 L sunflower oil
1 medium onion, chopped
300 ml white vinegar

Preparation

Prepare a tomato sauce by sautéing onion, adding tomatoes and salt, and cooking for 20 minutes. Divide each sheet of carasau into four wedges. Heat sunflower oil to 175°C and, using two ladles, press the bread into the hot oil to form a small basket. Drain and set aside. Separately, heat water and vinegar to a boil. Create a whirlpool and poach each egg for about one minute. Place the egg in the bread basket, top with tomato sauce and grated pecorino.

Tip: With a sous-vide machine, eggs can be cooked at 63°C for one hour.

Origins

Pane frattau was born as a resourceful recipe in the homes of shepherds in central Sardinia, where pane carasau was softened in mutton broth and topped with tomato and pecorino. It was a simple, nourishing dish, made to restore energy after long days spent in the fields. Over time, it evolved into an icon of Sardinian cuisine, combining the humbleness of its ingredients with the ancient knowledge of breadmaking and pastoral life.

PRIMO PIATTO CULURGIONES (PASTA TIPICA SARDA) CON POLPA DI RICCI E SCAGLIE DI BOTTARGA

Ingredienti per 8 persone

1 kg di Culurgiones
300 gr di polpa di riccio
Una baffa di bottarga di muggine
150 gr burro

Procedimento

Mettere l'acqua a bollire. Nel frattempo, frullare la polpa di ricci e passarla per eliminare eventuali spine. Pelare la bottarga e preparare le scaglie con un pela patate. Quando l'acqua raggiunge il bollore, salare e calare i culurgiones. Fare cucinare per 10 minuti. Nel frattempo preparare due padellini. In uno far ammorbidire il burro per dorare i culurgiones appena scolati. Nell'altro eseguire la mantecatura dei culurgiones con la polpa di riccio e il burro fuori fuoco. Durante la mantecatura, aggiungere un cucchiaio di acqua di cottura della pasta in modo che l'amido aiuti a legare bene la salsa. Appena finito, impiattare e servire con le scaglie di bottarga.

FIRST COURSE

CULURGIONES

(TRADITIONAL SARDINIAN PASTA) WITH SEA URCHIN ROE AND BOTTARGA SHAVINGS

Ingredients for 8 people

1 kg culurgiones
300 g sea urchin roe
1 mullet bottarga fillet
150 g butter

Preparation

Bring water to a boil. Blend the sea urchin roe and strain to remove any spines. Peel the bottarga and make thin shavings using a peeler. When the water boils, salt it and cook the culurgiones for 10 minutes. Meanwhile, melt butter in one pan to lightly brown the pasta once drained. In another pan, off the heat, mix the sea urchin roe with butter, adding a spoonful of pasta water for emulsification. Plate and finish with bottarga shavings.

Origins

Culurgiones are a symbol of Ogliastra and draw their origins from the agricultural traditions of the 19th century. The earliest records date back to 1811, when they were known as culurgionis decasu. Their stitched shape resembles an ear of wheat, a symbol of prosperity and protection. Every family kept its own recipe, with fillings that changed from village to village. More than just a dish, they were an act of care, prepared to celebrate harvests, festivities, and meaningful moments.

SECONDO SU PRATTU DE CASSA (IL PIATTO DEL CACCIATORE)

Ingredienti per 8 persone

700 gr di polpa di cinghiale per la ricetta originale
altrimenti polpa di agnello
800 gr di patate
300 gr di cipolle
250 ml di cannonau
Mix di erbe aromatiche qb
Olio EVO qb
Sale qb
Pepe nero qb
Alloro in foglie
Chiodi di garofano

Procedimento

Frollare la polpa di cinghiale con il cannonau, l'alloro e i chiodi di garofano per 48 h in frigo. Preparare la base di cottura: pelare le cipolle e le patate e tagliarle a spicchi. Condire con un po' di sale e pepe nero e far dorare con olio EVO nella pentola a pressione. In seguito, aggiungere la carne sopra la base, salare, aggiungere il mix di erbe aromatiche e far cucinare il tutto per circa 25 minuti. Servire nelle cocotte di terracotta.

Origini

Questo piatto nasce nelle zone interne della Barbagia e accompagna da secoli la vita dei cacciatori sardi. Durante le battute veniva cucinato con la cacciagione del giorno, soprattutto cinghiale o lepre, all'interno di pesanti tegami di rame chiusi uno sull'altro, così da trattenere i profumi delle erbe selvatiche. Era un modo pratico per nutrirsi nelle lunghe giornate all'aperto, ma nel tempo è diventato un rituale conviviale che racconta l'identità più autentica e ancestrale dell'isola.

MAIN COURSE

SU PRATTU DE CASSA (THE HUNTER'S DISH)

Ingredients for 8 people

700 g wild boar meat (or lamb as an alternative)
800 g potatoes
300 g onions
250 ml Cannonau wine
Mixed aromatic herbs
Extra virgin olive oil
Salt
Black pepper
Bay leaves
Cloves

Preparation

Marinate the wild boar with Cannonau, bay leaves and cloves for 48 hours in the fridge. Prepare the base: peel potatoes and onions, cut into wedges, season with salt and pepper, and sauté in EVO oil in a pressure cooker. Add the meat on top, season with herbs, and cook for about 25 minutes. Serve in terracotta cocottes.

Origins

This dish comes from the mountainous region of Barbagia and has accompanied the lives of Sardinian hunters for centuries. During hunting trips, it was cooked using the day's game, usually wild boar or hare, inside two heavy copper pans sealed together to capture the aromas of wild herbs. It was a practical way to nourish themselves during long days outdoors, but over time it became a convivial ritual that embodies the island's most authentic and ancestral identity.

DESSERT SA SEVADA O SEADA

Ingredienti per 8 persone

500 gr di semola rimacinata
500 gr di pecorino primo sale
200 ml di acqua tiepida
180 gr di strutto
Scorza di un limone non trattato
1 lt di olio di semi di girasole

Procedimento

Far ammorbidente il pecorino a bagnomaria e aggiungere la scorza grattugiata del limone. Amalgamare il tutto e lasciare riposare per 12 ore in modo che il pecorino assuma una nota acidula. Per la sfoglia, in una ciotola amalgamare la semola con lo strutto aggiungendo l'acqua tiepida gradualmente, in modo da ottenere un impasto omogeneo ed elastico. Avvolgere il tutto in pellicola e lasciare riposare per 30 minuti. Stendere la sfoglia ad uno spessore di un cm e con il coppa pasta creare 16 dischi con il diametro di 15 cm. Cerare delle palline con il formaggio da 80 gr. E schiacciarle sui 8 dischi di sfoglia. Ricoprire con i restanti dischi e sigillare per bene. Scaldare l'olio e portarlo a 175° e friggere le sevadas finché non saranno leggermente dorate. Impiattare e servire con miele o zucchero.

Origini

La seada è uno dei dolci più antichi della Sardegna, nata nelle case delle pastorelle che lavoravano il pecorino fresco prodotto in primavera. In origine non era un dessert, ma un piatto unico energetico: pasta di semola, formaggio fuso e miele. Con il tempo è diventata un simbolo di festa, preparata per celebrazioni e ricorrenze familiari. Dietro la sua semplicità si nasconde una tradizione millenaria che unisce mano artigiana, ingredienti essenziali e il gusto luminoso del miele dell'isola.

DESSERT SA SEVADA (SEADA)

Ingredients for 8 people

500 g re-milled semolina
500 g young pecorino cheese
200 ml lukewarm water
180 g lard
Zest of one untreated lemon
1 L sunflower oil

Preparation

Soften the pecorino in a bain-marie and add grated lemon zest. Mix and rest for 12 hours to allow the cheese to develop a slight tang. For the dough, mix semolina and lard, adding water gradually until smooth and elastic. Wrap and rest for 30 minutes. Roll the dough to a 1 cm thickness and cut 16 discs (15 cm diameter). Form 80 g cheese balls and flatten them onto 8 dough discs. Cover with the remaining discs and seal well. Heat oil to 175°C and fry until golden. Serve with honey or sugar.

Origins

Seada is one of Sardinia's oldest traditional desserts, created in the homes of shepherd women who worked with the fresh pecorino produced in spring. Originally, it wasn't a dessert at all but an energy-rich main dish: semolina dough, melted cheese, and honey. Over the years, it turned into a festive symbol, prepared for celebrations and family gatherings. Behind its simplicity lies a centuries-old tradition that blends artisanal skill, essential ingredients, and the luminous sweetness of Sardinian honey.

