

# La Pulenda ou Pain Corse.

*Une recette, vieille comme son île et qui se transmet de génération en génération. D'autres diront "le pain du pauvre" ou "le pain corse". Il est vrai qu'il a longtemps eu ce rôle pour les familles montagnardes de Castagniccia, mais pas seulement. La pulenda se mange chaude ou tiède en accompagnement de figatelli cuits au feu de bois, d'œufs frits à la poêle avec des tranches de panzetta ou de brocciu bien frais ou encore en accompagnement de viandes cuites en sauce.*

*Froide, les tranches se font aussi réchauffer à la poêle pour prendre un croustillant encore plus savoureux pour le lendemain.*

## Ingrédients:

- 1kg de farine de châtaigne
- 2 litres d'eau
- 20 gr de sel

## Préparation :

- Verser les 2 litres d'eau et le sel dans un chaudron ou une marmite et porter à ébullition.
- Tamiser la farine
- Quand l'eau bout, versez-y, en pluie, la farine tamisée.
- Munissez-vous d'une grosse cuillère en bois (elle doit résister) ou un bâton de bois de châtaignier d'un mètre environ (appelé pulendaghju en corse), pour tourner la pâte énergiquement.
- Délayez et remuez l'ensemble en tournant sans cesse la cuillère pour éviter la formation de grumeaux et en retirant de temps en temps la marmite du feu.
- Maintenez alors la préparation à feu doux. Faites-vous aider de deux bras forts pour tenir bloquée la marmite qui aura tendance à vouloir tourner en même temps
- La pulenda sera prête et considérée cuite quand la pâte fera une boule autour de la cuillère ou du bâton et se décollera de la marmite.
- Il faut compter environ de 15 à 20 minutes.
- Vous devez bien décoller toute la pâte de la cuillère et de la marmite à l'aide d'une spatule.
- Laisser reposer le temps que la pulenda respire puis renversez la boule obtenue sur un linge (torchon) fariné.
- Donnez-lui la forme d'un gros pain allongé en roulant la boule dans le torchon afin de pouvoir couper la pulenda en tranches à l'aide d'un fil.
- Coupez des tranches de 1 à 2 centimètre d'épaisseur et les déposer sur le linge fariné ou directement sur le plat de service.

