

U PÚLEPE

Quanne t'ú rríve a mmagnà, avaramènde è sapríte,
ma è 'vè paciènze e aja sapé aspettà,
po' t'addecríje e t'allicche púre i mustazze.
Apríme l'è fà pèrde 'a nervatúre:
u sbatte bbúne sópe a 'na chianghe,
u sbruscenejíje bèlle bèlle p'ú fà arreccià
e po' u passe a ccucenà.
Ng'è mètte manghe 'na stizza d'acque,
e nn'ú stènne manghe a ccunzà.
Nberdènne tímbe,
quille è cúm'e nu crestijane capetúste,
se cóce nd'a l'acqua súja stèsse.

IL POLPO

Quando arriva il momento di mangiarlo, davvero è saporito,
ma devi aver pazienza e saper aspettare,
poi ti delizi e ti lecchi pure i baffi.
Per prima cosa lo devi snervare:
lo sbatti bene sopra una pietra
lo rivolti ripetutamente per fare arricciare i tentacoli
e poi passi a cucinarlo.
Non mettere neppure un goccio di acqua
e non mettere nessun condimento.
Non perderci tempo,
questo è come una persona testarda,
si cuoce nella sua stessa acqua