



Speciale
per voi

Frittelle dolci e salate

Salate oppure dolci, tradizionali o creative, sono delle vere leccornie. Preparate con pasta, verdure, formaggi o pesce, spaziano dall'antipasto al dessert. Dorate e croccanti sono sempre gradite

di Michela Prandoni, ricette di Matteo Tognini, foto Robedifood, stylist Stefania Frediani



26 • inTavola

gTA_01_26-capelli angelo_L2.indd 26

08/01/16 15:36

Frittelline di capelli d'angelo al grana padano

☆☆☆ media

20' + il riposo

20'

€€€

GLI ATTREZZI SU MISURA

La carta fritti

Per frittelline leggere, croccanti e digeribili è importante che l'unto in eccesso venga tolto. Questa carta ha una struttura alveolare a doppio strato che assorbe bene e ha un'ottima resistenza. I fogli sono pretagliati e si possono estrarre dalla confezione uno alla volta (Carta Fritti Cuki, 20 fogli, da circa € 1,55).



Ingredienti per 4 persone:

- 200 g di capelli d'angelo di pasta all'uovo
 - brodo di carne o vegetale
 - 5 cucchiaini di grana padano grattugiato
 - 7 cucchiaini di farina 00
 - 150 ml di acqua frizzante
 - 1 uovo
 - noce moscata
 - cannella in polvere
 - olio di semi di arachidi o di oliva
 - sale e pepe
- 400 cal/porzione

1 Lessate per qualche istante i capelli d'angelo in abbondante brodo bollente e sgocciolateli bene; stendeteli per qualche istante su un telo per asciugarli, quindi raccoglieteli in una ciotola capiente. Conditeli con il grana padano, una macinata di pepe, poco sale, cannella e noce moscata.

2 Preparate una pastella, amalgamando gradualmente alla farina setacciata l'uovo e l'acqua frizzante, mescolando bene con una frusta per non formare grumi e per amalgamare perfettamente gli ingredienti. Coprite la ciotola con pellicola e lasciate riposare la pastella per mezz'ora in frigorifero.

3 Riprendete il composto di capelli d'angelo e incorporatevi, poco alla volta, la pastella preparata sollevando la pasta con una forchetta. Scaldate abbondante olio in una padella e, aiutandovi con un cucchiaino, formate le frittelle, facendole cadere, poche alla volta, nell'olio bollente. Friggetele per qualche minuto su entrambi i lati. Sgocciolatele su carta assorbente e servitele calde con un pizzico di sale e pochissima cannella setacciata.

Frittelle di carote con salsina

Sbattete 2 uova con 125 ml di birra bionda e versatele gradualmente in una ciotola con 125 g di farina setacciata, sale e pepe, mescolando con una frusta. Unite 1 cucchiaino di olio, amalgamate e fate riposare per 1 ora. Sciacquate 10 g di capperi sotto sale in acqua fredda e metteteli a bagno per 10 minuti. Tritate finemente 30 g di pomodori semiseccati sott'olio con le foglie di un ciuffo di prezzemolo, 2 filetti di acciuga sott'olio sgocciolati, i capperi sgocciolati e strizzati. Unite tutto a 200 g di maionese pronta con 2-3 gocce di aceto balsamico o salsa Worcestershire, mescolate e conservate la salsina in frigo. Aprite 1 confezione di carote tagliate a julienne (filini sottili) e unitele alla pastella preparata amalgamandole bene. Regolate di sale e pepe. Prelevatele a cucchiaini, appiattitele con le mani, per formare tante frittelle piatte. Scaldate abbondante olio in una padella ampia e friggete le frittelle, 2-3 minuti per parte. Sgocciolatele su carta assorbente e servitele con la salsina preparata.



IL PRODOTTO GIUSTO

L'olio per friggere
Gusto delicato e alto punto di fumo sono le sue caratteristiche. Pensato apposta per fritti leggeri e croccanti (Olio Frimax De Luxe Sagra, 1,5 litri, a circa € 3,50).



Frittelle di caprini e barbabietola rossa

☆☆ facile

30' + il riposo

25'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 200 g di caprini vaccini
- 1/2 barbabietola rossa cotta al forno
- 1 piccola cipolla rossa
- 6 cucchiaini di parmigiano reggiano grattugiato
- 2 cucchiaini colmi di farina 00
- 2 uova
- semi di papavero
- burro
- olio per friggere
- o di oliva delicato
- sale e pepe

505 cal/porzione

1 Sbucciate la barbabietola rossa, grattugiatela a julienne con l'apposita grattugia a mulinello (quella che si usa per le carote), fatela sgocciolare in un colino e stendetela ad asciugare su più strati di carta da cucina. Spellate la cipolla, tritatela finemente e fatela rosolare in una casseruola con poco burro, sale e pepe, aggiungendo 1 cucchiaino di acqua calda, che farete evaporare per renderla ancora più delicata.

2 Mettete i caprini in una ciotola a bordi alti, aggiungete il parmigiano reggiano, sale, pepe e lavorateli fino a ottenere una crema omogenea. Quindi incorporate la farina setacciata, le uova, uno alla volta, infine aggiungete il soffritto di cipolla rossa e la barbabietola rossa. Amalgamate bene con una spatolina.

3 Scaldate abbondante olio in una padella a bordi alti e friggete il composto a cucchiainate, poco alla volta. Sgocciolate le frittelle quando saranno dorate e trasferitele su carta assorbente; spolverizzatele con semi di papavero e servitele.



ATA 01 28-caprini-barcala 12.indd 28

08/01/16 15:36



Sgonfiotti di baccalà

★☆☆ facile

30'

40'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di baccalà già ammollato, spellato e privato di eventuali lische
- brodo vegetale
- origano
- 2 spicchi d'aglio
- 1 uovo + 1 albume
- 50 g di farina
- 2 dl di latte
- vino bianco secco
- 1 cucchiaino di aceto
- olio di semi di arachidi o di oliva non extravergine
- sale e pepe

530 cal/porzione

1 Lessate il baccalà nel brodo bollente, a cui avrete aggiunto 1 bicchiere di vino bianco. Cuocete il pesce per una ventina di minuti, poi sgocciolatelo e tritatelo finemente.

2 Mettete la farina in una ciotola a bordi alti e amalgamate gradualmente il latte, il tuorlo, sale, pepe, l'aceto e 2 cucchiaini di olio, mescolando con una frusta a mano, per non formare grumi, fino a ottenere un composto

omogeneo. Quindi amalgamatevi il trito di baccalà preparato, 1 cucchiaino di origano sbriciolato tra le dita e l'aglio spellato e tritato finemente. Quindi incorporate i 2 albumi montati a neve ben ferma sollevando il composto dal basso verso l'alto per non smontarlo.

3 Scaldare abbondante olio in una padella a bordi alti e friggetevi il composto a cucchiainate. Prelevate gli sgonfiotti con un rengo o un mestolo forato, asciugateli su carta assorbente da cucina e serviteli, a piacere, con spicchi di limone.

SAPERNE DI PIÙ

Il baccalà

Il termine di origine spagnola "bacalao" indica il merluzzo pescato nei mari del Nord e conservato sotto sale (a differenza dello stoccafisso che è conservato per essiccazione). Ingrediente importante nella cucina popolare di quasi tutta l'Italia, tanto che il nostro Paese risulta uno tra i più grandi consumatori al mondo dopo il Portogallo, si utilizza in mille modi secondo le tradizioni regionali.

29

Pasta cresciuta con scarola, porri, uvetta, olive e pinoli

☆☆☆ facile

30' + il riposo

20'

€€€



Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di farina 0
- 15 g di lievito di birra fresco
- 1 cucchiaino di miele
- acqua frizzante
- 1 cespo di scarola
- 1 porro
- 2 cucchiaini di olive nere snocciolate
- 1 cucchiaino di capperini sgocciolati
- 1 cucchiaino di uvetta
- 1 cucchiaino di pinoli
- 3 filetti di acciuga sott'olio
- olio extravergine di oliva
- olio di semi di arachidi
- sale e pepe

510 cal/porzione

Pulite il porro, lavatelo e affettatelo. Pulite la scarola, lavatela e tagliuzzatela. Rosolate le fettine di porro in una larga padella con un filo d'olio extravergine. Unite la scarola e cuocete per 10 minuti, metà con coperchio e metà senza, in modo che la scarola sia asciutta;

regolate di sale e pepe.

Aggiungete, fuori dal fuoco, le olive, i capperini, l'uvetta ammorbidente in acqua tiepida e strizzata, i pinoli tostatati e le acciughe tritate.

Sbriciolate il lievito in una ciotola e mescolatelo con poca acqua tiepida e il miele; unite la farina, un pizzico di sale, una macinata di pepe e, mescolando con una frusta, diluite con 3 dl di acqua frizzante. Coprite la ciotola e lasciate lievitare la pastella per 1 ora in un luogo tiepido.

Amalgamate alla pastella il composto di scarola, mescolando con cura e lasciate lievitare ancora per 30 minuti. Scaldate abbondante olio di semi di arachidi. Prelevate una noce di composto con un cucchiaino e con un altro fatelo scivolare nell'olio; friggete allo stesso modo poche cucchiainate alla volta, finché saranno gonfie e dorate.

SAPERNE DI PIÙ

La scarola

È una varietà di indivia con cespi piuttosto voluminosi, formati da foglie compatte a margini più o meno dentellati. Le foglie esterne sono più fibrose e di solito vengono scartate, soprattutto se l'insalata si mangia cruda. Ma le foglie esterne sono un ottimo contorno. Tagliatele a listarelle, rosolatele con un filo d'olio e una cipolla tritata e cuocetele coperte per 10 minuti. Unite capperi, pinoli e olive e servite caldo con carni arrosto o grigliate.



Pasta cresciuta alle acciughe

Versate 300 g di farina in una grossa ciotola, formate una fontana, sbriciolate al centro 12 g di lievito di birra fresco e versate a filo 3,5 dl abbondanti di acqua tiepida. Impastate gli ingredienti, unite un pizzico di sale e lavorate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Coprite la ciotola con pellicola per alimenti e lasciate lievitare in un luogo tiepido per 2 ore. Sgocciolate 50 g di filetti di acciuga sott'olio, tamponatele con carta da cucina e dividete ogni filetto in 2-3

pezzetti. Mescolate la pastella per sgonfiarla, spargete sulla superficie i pezzetti di acciuga e, usando 2 cucchiaini umidi, prelevate poca pastella facendo in modo che l'acciuga sia coperta dall'impasto. Lasciate cadere la pastella in una padella con abbondante olio di semi di arachide caldo e cuocete pochi pezzi di pasta alla volta finché risultano gonfi e dorati. Scolateli e lasciateli sgocciolare su carta assorbente per fritti. Teneteli in caldo in forno a 120° finché avrete fritto tutto l'impasto e servite, a piacere, con fettine di salumi, cipolline sott'aceto e olive.

la
variante



30 • in Tavola



GLI ATTREZZI SU MISURA

• La frittolaia

In alluminio con rivestimento antiaderente e impugnature ergonomiche. Il coperchio è in vetro temperato per un controllo costante della cottura e con valvola di sfogo per il vapore. Il manico lungo permette di manovrare il recipiente in assoluta sicurezza (Tescoma, linea Delicia, da € 29,90).



I pinoli di ottima qualità sono ideali per la preparazione delle frittelle (Seeberg, distribuito da Eurofood, 60 g, a € 6,63).

I PRODOTTI GIUSTI



I filetti di alici di ottima qualità, sono stesi e saporiti. Da scegliere in 3 varianti di sapori (Filetti di Alici Rizzoli Emanuelli del Mar Cantabrico da € 3,90).

ottime con
l'aperitivo o come
insolito antipasto



Frittelline di cipolla con composta

☆☆☆ facile

30'

45'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di cipolle
- 150 g di farina di grano duro
- 1 pizzico di bicarbonato
o lievito per pizze e torte salate
- 1 cucchiaino di menta secca
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe

Per la composta di cipolle:

- 300 g di cipolle
 - 150 g di zucchero
 - 4-5 cucchiaini di aceto
 - 1 cucchiaino di uvetta ammorbidita
in acqua tiepida e sgocciolata
 - 1 cucchiaino di mandorle a lamelle
 - sale e pepe
- 350 cal/porzione

1 Per la composta spellate le cipolle, lavatele, asciugatele e tagliatele a fette sottili. Raccoglietele in una casseruola con lo zucchero, il sale, il pepe e l'aceto e proseguite la cottura a fuoco basso con il coperchio per 30 minuti o finché le cipolle saranno morbide; aggiungete l'uvetta strizzata e proseguite la cottura per 15 minuti. Alla fine incorporate le mandorle.

2 Spellate le cipolle, lavatele, asciugatele e tritatele al mixer con la menta, sale, pepe, bicarbonato e farina di grano duro, fino a ottenere un composto morbido, ma compatto. Trasferitelo in una tasca da pasticciere.

3 Versate abbondante olio in una padella a bordi alti e formate delle frittelline con la tasca da pasticciere, facendole scendere direttamente nell'olio ben caldo. Appena dorate, sgocciolatele su carta assorbente e servitele con la composta.





Fritole di ricotta agli amaretti

★☆☆ facile

25'

20'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di ricotta
- 200 g di amaretti secchi
- 100 g di zucchero + quello per cospargere le frittelle
- la scorza grattugiata di 1/2 arancia non trattata
- 2 uova
- 1 cucchiaino di farina 00 + quella per infarinare
- pangrattato
- olio di semi di arachidi
- sale

425 cal/porzione

1 **Passate** la ricotta al setaccio e mettetela in una ciotola capiente. Avvolgete gli amaretti in un sacchetto di carta e sbriciolateli delicatamente con un batticarne. Incorporateli alla ricotta insieme alla scorza di arancia grattugiata, lo zucchero, un pizzico di sale e la farina setacciata. Mescolate a lungo con un cucchiaino di legno in modo da ottenere un composto omogeneo.

2 **Prelevate** il composto di ricotta e amaretti a piccole porzioni (un cucchiaino scarso), formate tante palline e passatele man mano in un velo di farina. Sgusciate le uova in una ciotola e sbattetene bene; immergetevi le palline di ricotta, poche alla volta, quindi fatele rotolare nel pangrattato rivestendole uniformemente.

3 **Scaldare** abbondante olio di semi di arachidi in un padellino a bordi alti (o meglio quello apposito per fritti con cestello) immergetevi le palline di ricotta, poche alla volta, e friggetele. Appena saranno ben dorate,

sgocciolatele con un mestolo forato (o con il cestello) e fatele asciugare su più strati di carta assorbente. Passate subito le fritole di ricotta in zucchero semolato e servitele.

SAPERNE DI PIÙ

Le fritole

"Fritoe" in dialetto, sono le storiche frittelle di carnevale tipiche della Serenissima Repubblica di Venezia. Preparate anticamente per strada dai "fritoleri", sono diffuse in tutto il Veneto con tante varianti locali.

33

Mezzelune farcite
con crema al limone

★☆☆ facile

20' - il riposo 30'

€€€



Ingredienti per 4 persone:

- 250 g di farina 00
 - 250 g di farina manitoba
 - 80 g di zucchero
 - 80 g di burro
 - 25 g di lievito di birra fresco
 - 125 ml di latte
 - 1 limone non trattato
 - 500 ml di crema pasticcera pronta
 - lemon curd
 - olio di semi di arachidi per friggere
 - zucchero a velo
 - sale
- 600 cal/porzione

1 Mescolate in una ciotola la farina 00, la farina manitoba, lo zucchero, un pizzico di sale e la scorza grattugiata del limone. Mescolate per amalgamare gli ingredienti, aggiungete il lievito sbriciolato, il burro ammorbidito a temperatura ambiente e iniziate a impastare, versando a filo 125 g di acqua tiepida alternata al latte tiepido. Lavorate a lungo, fino a ottenere un impasto morbido

e omogeneo. Trasferitelo in una ciotola, fate un taglio a croce, coprite con pellicola e lasciate lievitare in luogo tiepido per 2 ore.

2 Sgonfiate la pasta premendola con le mani e stendetela sulla spianatoia in una sfoglia dello spessore di 1/2 cm; con un bicchiere o un tagliapasta ricavate tanti dischetti di circa 8 cm di diametro. Farcite i dischetti con la crema pasticcera mescolata con 2-3 cucchiari di lemon curd, piegateli a mezzaluna e fissate i bordi, premendo leggermente con i rebbi di una forchetta. Coprite le mezzelune prima con carta da forno, poi con pellicola e lasciatele lievitare ancora per 1 ora.

3 Scaldate abbondante olio in una padella per fritti, immergetevi le mezzelune, poche alla volta, e friggetele finché saranno dorate. Sgocciolatele su carta assorbente, spolverizzatele di zucchero a velo e servitele, a piacere, con la crema al cioccolato.

SAPERNE DI PIÙ

La giusta temperatura

L'olio per la frittura delle mezzelune deve essere caldo, ma non deve fumare, altrimenti la pasta si scurisce troppo all'esterno prima di cuocere anche dentro. Per verificare la temperatura, in mancanza del termometro, immergete un pezzo di pane: tutt'intorno si devono formare tante piccole bollicine. A questo punto l'olio è pronto e potete iniziare la frittura.



Mezzelune alla ricotta

Preparate la pasta come indicato al punto 1 della ricetta qui sopra, fatela lievitare, quindi riprendetela e incorporate 80 g di patate lessate e passate al setaccio e lasciate riposare l'impasto mentre preparate il ripieno. Pestate 100 g di semi di papavero, unite 100 g di zucchero e 200 g di ricotta; mescolate bene gli ingredienti. Stendete la pasta in una sfoglia di 1 cm di spessore, ritagliatevi dei dischi di 8 cm di diametro e mettetevi al centro di ognuno un po' di ripieno alla ricotta. Spennellate i bordi con

poco albume sbattuto, piegate a metà i dischi e sigillate le mezzelune pizzicando i bordi con una forchetta e lasciatele lievitare ancora per 30 minuti. Nel frattempo, mettele in una casseruola 4 cucchiari di miele fluido, 2 chiodi di garofano, 2 cm di stecca di cannella, una scorzetta di limone non trattato e 1 bicchiere e mezzo di vino bianco. Mescolate, portate al limite dell'ebollizione, poi spegnete e filtrate. Friggete le frittelle in una larga padella, in abbondante olio caldo, scolatele su carta assorbente da cucina, disponetele su un piatto e servitele con la salsa al miele.

la
Variante

34 • inTavola



GLI ATTREZZI SU MISURA

Calzatina

In ceramica bianca, elegante e pratica, è perfetta per portare in tavola le mezzelune.

Per le sue linee essenziali e il colore neutro si adatta a qualsiasi tipo di apparecchiatura.

Ma non solo. Sarà preziosa per servire anche pasticcini all'ora del tè oppure per offrire cioccolatini e bon bon (Pillivuyt, distr. da Schönhuber, a € 76,35).



I PRODOTTI GIUSTI



La farina di manitoba è un jolly da tenere sempre in casa. Da sola o con altre farine è ideale per impasti lievitati dolci e salati (Manitoba Molino Vigevano, a circa € 2,99).



Il lemon curd di ottimo sapore è già pronto in vasetto. Potete trovarlo in tutti i supermercati più forniti (Lemon Curd, Wilkin & Sons, a circa € 4,99).



Tortelli di patate

★☆☆ facile

30'

50'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 4 patate di media grandezza
- 100 g di burro
- 80 g di cacao amaro
- 4 uova
- 6 cucchiaini di zucchero semolato
- 50 g di uvetta
- 1 bicchierino di brandy
- 1 bustina di vaniglina
- 1 cucchiaino di zucchero a velo
- olio per friggere
- sale

415 cal/porzione

1 Lavate le patate sotto l'acqua corrente, poi mettetele in una casseruola, copritele di acqua fredda e fatele lessare. Quindi sbucciatele e passatele ancora calde nello schiacciapatate, raccogliendo il passato in una casseruola. Incorporate lo zucchero semolato e il burro e mettele la casseruola sul fuoco mescolando finché gli ingredienti si saranno ben amalgamati. Togliete dal fuoco e unite al composto l'uvetta, precedentemente

ammorbidita in acqua tiepida e ben strizzata, il cacao, il brandy e la vaniglina.

2 Mescolate bene con un cucchiaino di legno e incorporate all'impasto i tuorli e 2 albumi montati a neve ferma con un pizzico di sale. In una padella di ferro fate scaldare abbondante olio e friggetevi l'impasto a cucchiaiate.

3 Fate cuocere i tortelli per qualche minuto: quindi, scolateli con un mestolo forato e disponeteli per qualche istante su carta assorbente da cucina per eliminare l'unto in eccesso. Trasferiteli in un piatto

da portata e spolverizzateli con lo zucchero a velo e, a piacere, cacao amaro in polvere.

IL PRODOTTO GIUSTO

Il cacao amaro
Di ottima qualità, tenetelo sempre in dispensa per arricchire i dolci casalinghi (Cacao amaro in polvere Sisa, astuccio da 75 g, a circa € 1,29).



36 • in Tavola

Frittelle di semolino

☆☆☆ facile

20'

20'

€€€

Ingredienti per 4 persone:

- 1 litro di latte fresco intero
- 250 g di semolino + 5 uova
- 1 limone non trattato
- 2 arance non trattate
- 30 g di scorza di arancia candita
- 50 g di zucchero semolato + quello per spolverizzare
- 50 g di granella di pistacchi
- 100 g di farina 00 + quella per infarinare
- 1 bicchierino di liquore all'arancia, tipo Cointreau o Grand Marnier
- olio di semi di arachidi
- sale

600 cal/porzione

1 Portate a bollore il latte in una casseruola. Versate a pioggia il semolino e cuocetelo per 2-3 minuti, mescolando in continuazione. Mentre il semolino intiepidisce, mettete ad ammorbidire la scorza candita a dadini nel liquore all'arancia. Sgusciate le uova separando i tuorli dagli albumi. Lavate il limone e le arance. Sgocciolate la scorza candita, asciugatela e infarinatela. Incorporate al semolino i tuorli, le scorze del limone e delle arance grattugiate, lo zucchero, la scorza candita, la farina e la granella di pistacchi. Amalgamate bene il composto con un cucchiaino di legno.

2 Montate a neve ben ferma i 5 albumi e un pizzico di sale con la frusta elettrica. Incorporate gli albumi alla crema di semolino, mescolando delicatamente con una spatola dal basso verso l'alto.

3 Scaldate abbondante olio nella padella per fritti. Con un porzionatore per gelato, raccogliete una porzione di composto e lasciatela cadere nell'olio bollente. Friggete le frittelle finché saranno dorate. Sgocciolatele, spolverizzatele con zucchero semolato e servitele tiepide.



SAPERNE DI PIÙ

Il semolino

Si ottiene dalla macinazione del grano duro. Una volta aperta la confezione, trasferite il semolino rimasto in un vaso di vetro a chiusura ermetica, tenetelo in dispensa e consumatelo in fretta perché a contatto con l'aria tende ad alterarsi rapidamente.



Zeppoline di pasta choux
con crema e amarene

★☆☆ facile

20'

40'

€€€



①

Ingredienti per 4 persone:

- 50 g di burro
- 25 g di strutto
- 250 g di farina 00
- 6 uova
- amarene sciroppate
- olio di semi di arachidi
- sale

Per la crema pasticcera:

- 350 ml di latte
- 150 ml di panna fresca
- 9 tuorli
- 150 g di zucchero
- 1 baccello di vaniglia
- 1 limone non trattato
- 40 g di amido di mais
- 540 cal/porzione



②

1 Fate la crema pasticcera:

portate a bollore il latte e la panna con il baccello di vaniglia inciso nel senso della lunghezza e la scorza del limone. Montate i tuorli con lo zucchero e l'amido di mais, unite il latte filtrato e cuocete a fuoco basso, mescolando finché la crema si addenserà. Coprite con pellicola e fatele raffreddare.



③

2 Portate a bollore in una casseruola 250 ml di acqua con il burro a cubetti, lo strutto e un pizzico di sale. Unite la farina, tutta in una volta e mescolate energicamente finché il composto si staccherà dalle pareti della casseruola. Incorporate le uova, 1 alla volta, montando con una frusta fino a ottenere un composto liscio.

3 Trasferite il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta a stella. Ritagliate tanti quadrati di carta da forno di circa 8 cm di lato e formateci sopra altrettante piccole ciambelline con il composto, facendolo scendere dalla tasca e lasciando un forellino al centro. Immergete nell'olio bollente poche zeppoline alla volta, sfilate la carta da forno quando le zeppoline si saranno gonfiate, poi giratele. Friggetele finché saranno dorate e sgocciolatele su carta assorbente. Disponete al centro di ciascuna zeppolina un po' di crema pasticcera e qualche amarena.

SAPERNE DI PIÙ

La zeppola
di San Giuseppe

È forse la più conosciuta ma anche l'ultima arrivata. In origine c'erano altri 3 tipi di zeppole: la classica "zeppola", uno dei dolci più antichi che si conoscono, la zeppola "graffa" e la "zeppola pasta crisciuta". La zeppola di San Giuseppe è la più recente e di tutt'altra pasta: quella degli choux (a Napoli "sciù"), detti anche bigné, che però vengono cotti al forno. Nel Settecento, il 19 marzo i friggitori, in omaggio a Giuseppe, loro santo patrono oltre che dei falegnami, allestivano dei banchetti davanti alle loro botteghe per friggere e servire le zeppole direttamente in strada. Con il tempo allo zucchero e alla cannella si è sostituita la crema pasticcera e l'amarena come guarnizione.

Zeppole alla napoletana

Setacciate 250 g di farina formando una fontana. Stemperate 10 g di lievito di birra in 3 cucchiaini di acqua tiepida e versatelo al centro. Cominciate a impastare, unendo ancora, poco per volta, circa 1,5 dl di acqua tiepida e 1 cucchiaino di zucchero. Lavorate bene la pasta, formate una palla, mettetela in una ciotola, coprite con un telo e fate lievitare per 1 ora. Riprendete a impastare, incorporate 50 g di zucchero, 1 uovo, la scorza grattugiata di 1 limone non trattato e 30 g di burro morbido,

poi fate lievitare per 15 minuti. Trasferite il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta a stella. Ritagliate tanti quadrati di carta da forno di circa 10 cm di lato e formatevi sopra le ciambelline con l'impasto. Immergete tutto nell'olio bollente, sfilate la carta quando le zeppole si saranno gonfiate, poi giratele e cuocetele finché saranno dorate. Sgocciolate le zeppole su carta da cucina, tagliatele a metà orizzontalmente e farcitele con crema pasticcera. Ricomponetele e guarnite con ciuffi di panna montata, ciliegine candite e zucchero a velo.

la
variante

38 • inTavola



GLI ATTREZZI SU MISURA

Vaso porta sac-à-poche

Perfetto per mantenere in verticale la sac-à-poche e poterla riempire facilmente con il composto senza timore che si pieghi o scivoli dalle mani (Silikomart, a circa € 6,95).

La sac-à-poche

Plastificata e corredata da 8 beccucci, si lava facilmente e si ripone, pronta per un'altra guarnizione (Guardini a € 6,50).



I PRODOTTI GIUSTI



La crema pasticcera è già pronta. Buona e pratica, da tenere a portata di mano per mille preparazioni dolci. Nei supermercati (Elena, 500 g, a circa € 2,49).



Le amarene sciroppate sono in una classica confezione in stile retrò. In tutti i supermercati (Fabbri, vaso da 600 g, a circa € 7,98).