

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Frittelle M'semmen o al cartoccio

LUOGO: [Africa](#) / [Marocco](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI

- 1kg di farina
- 1 cucchiaino di sale
- 2 bicchieri d'acqua.

PREPARAZIONE

1 Fare un mucchio di farina e creare un buco nel centro, metterci dentro il sale e aggiungere un po' alla volta l'acqua impastando energicamente fino a che si ottiene un impasto molto omogeneo. Con le mani unte, formare delle palle dalle dimensioni di un mandarino e disporle su di una superficie unta con olio.

Stendere le palle una alla volta con il palmo della mano unta e tirando dolcemente la pasta in tutte le direzioni fino a renderla molto sottile. Piegare in sotto i quattro lati ottenendo un quadrato da 8 cm per lato.

Farle dorare su entrambi i lati in uno stampo imburrato, vengono servite con zucchero o miele.

Si possono anche farcire prima di chiuderle e cuocerle, per esempio con le mandorle tritate e zucchero, ma anche con un misto di cipolla, prezzemolo e pezzi di carne e spezie.