

ANTIPASTI E SNACK

Panelle palermitane

LUOGO: Europa / Italia / Sicilia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

500 g di farina di ceci

1

5 l di acqua

pepe qb

10 g di sale.

Conoscete le panelle palermitane? Qualunque sia la vostra risposta, sappiate che potrete rifarle in casa quando volete seguendo la nostra ricetta infallibile! Provateci e fateci sapere com'è andata e se vi sono piaciute!

PREPARAZIONE

- 1 Mettere la farina in un tegame antiaderente ed aggiungere, gradatamente, l'acqua mescolando con una frusta, evitando di formare grumi.

Quindi salare e pepare.



2 Accendere il fuoco a fiamma moderata e far addensare, sempre mescolando con la frusta.

Quando la pasta comincia a rapprendersi, usare, invece della frusta, un cucchiaio di legno e continuare a lavorare, per circa 15 minuti.



- 3 Trascorso questo periodo, mantenendo sempre la pasta in caldo, cominciare a spalmarla aiutandosi con una spatola.



- 4 Se si gradisce nella pasta prima di spalmarla, aggiungere del prezzemolo tritato o semi di finocchio.

Una volta fredda tagliare la pasta.



5 Friggere le pannelle, così ottenute, in olio caldo.



6 Fare assorbire l'olio in eccesso ponendo le pannelle sulla carta assorbente.

Ed eccole pronte:



7 Servire ben caldi.

NOTE

Questo è un piatto della tradizione culinaria palermitana per il giorno di Santa Lucia.