

ANTIPASTI E SNACK

Panelle

di: *kaia83*

LUOGO: **Europa / Italia**

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



INGREDIENTI

250 g di farina di ceci

750 ml d'acqua

prezzemolo

pepe nero

sale.

PREPARAZIONE

1 Versare pian piano, in una pentola con l'acqua, la farina di ceci.



2 Una volta versata tutta la farina, facendo attenzione che non si formino grumi, mettere la pentola sul fuoco e mescolare fino a quando il composto si indurisce.

Se si dovessero formare dei grumi durante la cottura usare il frullatore ad immersione per rendere il composto omogeneo.



3 A cottura ultimata, aggiungere il prezzemolo finemente tritato, il sale ed il pepe nero ed amalgamare il tutto.



- 4 Mettere il composto in un contenitore unto d'olio facendolo compattare per bene per evitare che si formino bolle d'aria.



- 5 Una volta freddo tagliare a fette di circa 1/2cm.



6 Friggere le panelle in abbondante olio bollente.



7 Servire caldi.

