

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Bugnes

LUOGO: **Europa / Belgio**

DOSI PER: **8 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **10 min** COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**

NOTE: + **4 ORE DI LIEVITAZIONE**



Le **bugnes** sono un **dolce tipico delle regioni francofone**, in particolare della **Francia** e di alcune zone della **Svizzera** e del **Belgio**. Le **bugnes** sono **pezzi di pasta lievitata fritta** in abbondante olio e ricoperte di zucchero a velo prima di servirle.

Le bugnes fritte sono tradizionalmente consumate durante tutto il periodo di Carnevale.

La ricetta di queste **deliziose frittelle dolci fritte e friabili**, è conosciuta anche con altri nomi a seconda della regione, ad esempio in alcune zone della Francia, le bugnes, sono conosciute anche come "merveilles" o "oreillettes".

Le bugnes vengono tradizionalmente fritte durante il periodo di Carnevale, che cade prima della Quaresima; durante questo periodo, è comune trovare le bugnes nei mercati e nelle pasticcerie, dove vengono preparate e consumate in abbondanza da francesi e turisti.

Segui la nostra ricetta con video e dettagliato passo passo fotografico per cucinare delle deliziose bugnes con le tue mani. Portale in tavola per ricevere i complimenti di tutti i tuoi ospiti!

Ecco altre [ricette di carnevale](#) che potrebbero piacerti:

[Frittele di carnevale](#)

[Castagnole](#)

[Strauben](#)

[Arancini di carnevale](#)

[Frittele di mele e uvetta](#)

INGREDIENTI

FARINA 00 250 gr

BURRO 50 gr

ZUCCHERO 30 gr

LATTE 80 ml

UOVA 2

LIEVITO DI BIRRA SECCO 3 gr

SCORZA DI ARANCIA

INGREDIENTI PER FRIGGERE

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

INGREDIENTI PER DECORARE

ZUCCHERO A VELO

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare delle bugnes perfette, inizia a sciogliere il lievito di birra secco in un po' di latte tiepido.



- 2 Versa la farina nel recipiente dell'impastatrice di seguito aggiungi lo zucchero, le uova e la scorza d'arancia grattugiata al momento. Unisci anche il latte con il lievito e lavora fino a incordare l'impasto.





3 Abbassa la velocità dell'impastatrice e aggiungi il burro, un tocchetto alla volta, e il sale.





4 Lavora l'impasto finché non risulta nuovamente incordato, ovvero, fino a che non si

attacca al gancio centrale. Trasferisci il panetto così ottenuto in una ciotola, coprilo e lascialo lievitare per 3-4 ore (il panetto deve risultare più che raddoppiato).



- 5 Trascorso il tempo del riposo, metti l'impasto su un piano infarinato, stendilo con il mattarello fino a uno spessore di 6-8 mm.



- 6 Ritaglia tanti rettangoli e incidi ogni rettangolo al centro. Ripiega ogni rettangolo su se stesso per creare la tradizionale forma dei bugnes. Lascia riposare i bugnes una mezz'ora prima di friggerli.





7 In una pentola adatta ai fritti versa tutto l'olio di semi di arachidi e portalo a temperatura,

poi immergici le frittelle, poche alla volta. Fai cuocere le bugnes, per pochi minuti, su ogni lato evitando di farle scurire troppo velocemente. Man mano che sono pronte, riponi le bugnes su carta assorbente in modo che scolino l'olio in eccesso.





- 8 Sistema le bugnes fritte su un bel vassoio, completa con una spolverata generosa di zucchero a velo e servi.

