

ANTIPASTI E SNACK

Ceci al forno alla paprika

DOSI PER: 6 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 5 min COTTURA: 40 min COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



I ceci al forno alla paprika sono uno snack sfizioso e croccante: la ricetta molto economica, ti permetterà di gustare piccole palline saporite da sgranocchiare davanti alla tv o in compagnia di amici durante il tradizionale aperitivo di fine settimana, oppure anche senza particolari ricorrenze conviviali, solo perchè ci piacciono.

Pochi ingredienti economici, cottura di soli 5 minuti in forno e potrai avere la tua bella ciotola di Ceci croccanti da spazzolare!

Ecco altre ricette sfiziose ed economiche con cui potrai guastare i ceci, questi fenomenali e golosissimi legumi:

[CECINA](#)

FARINATA DI CECI FARCITA HUMMUS DI CECI E MELANZANE

INGREDIENTI

CECI PRECOTTI 400 gr

FARINA 1 cucchiaio da tavola

PAPRIKA DOLCE 1 cucchiaio da tè

SALE 1 cucchiaio da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

ROSMARINO

PEPE

PREPARAZIONE

- 1 Per la realizzazione dei ceci al forno alla paprika croccanti, sgocciola i ceci in uno scolapasta per eliminare l'acqua di vegetazione. Rivesti una teglia con la carta assorbente, versa i ceci e tampona con altra carta assorbente roteandoli delicatamente.





2 Metti i ceci in una ciotola, aggiungi la farina, il sale, il pepe, la paprika, l'olio e qualche aghetto spezzettato di rosmarino.

Mescola velocemente.





3 Ungi la teglia con poco olio e versa i ceci alla paprika: disponili in modo che non si sovrappongano.

Inforna i ceci a 200° C per circa 35 minuti nel ripiano centrale in modalità ventilata.

Trascorso questo tempo, aziona il grill per altri 5 minuti.

I ceci al forno alla paprika sono pronti quando saranno ben dorati, profumati e croccanti. Prima di servirli aspetta che si freddino, saranno ancora più croccanti!





CONSERVAZIONE

I ceci al forno alla paprika si conservano in un contenitore ermetico fino a 3 giorni.