

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Cenci toscani

DOSI PER: 6 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 20 min COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



A **Carnevale**, ogni regione ha le sue [chiacchiere di Carnevale](#), che cambiano nome e sapore: a Roma sono [frappe](#), in Lombardia [bugie](#), e in Toscana, appunto, "**cenci**". Il loro nome significa "stracci", per via della forma irregolare e rustica che li contraddistingue. Fanno parte di una grande famiglia di delizie fritte, come le soffici [castagnole](#) o le profumate [frittelle di mele e uvetta](#). Questa dei cenci è una delle versioni più aromatiche da inserire nella tua raccolta di [varianti regionali di chiacchiere](#), insieme alle golose [chiacchiere al pistacchio](#), alle colorate [chiacchiere all'alchermes](#) o alle ricche [chiacchiere al cioccolato fondente](#). Ma attenzione: il segreto che rende unici i cenci è uno solo, ed è sacro: il **Vin Santo nell'impasto**.

INGREDIENTI PER I CENCI TOSCANI

FARINA 00 300 gr

UOVA MEDIE 2

ZUCCHERO SEMOLATO 50 gr

BURRO A TEMPERATURA AMBIENTE 30 gr

VIN SANTO 50 ml

SCORZA DI LIMONE NON TRATTATO 1

SALE FINO 1 pizzico

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

ZUCCHERO A VELO

ECCO LA RICETTA DEI CENCI TOSCANI

1 Prepara la base: In una ciotola capiente (o direttamente sulla spianatoia creando la classica fontana), unisci la farina setacciata, lo zucchero, il pizzico di sale e la scorza grattugiata del limone.

Unisci i liquidi: Crea un incavo al centro delle polveri e aggiungi le due uova intere, il burro morbido e il Vin Santo.



2 Impasta con energia: Inizia a mescolare con una forchetta partendo dal centro, poi passa a lavorare con le mani. Impasta energicamente per circa 10 minuti. Devi ottenere un panetto liscio, elastico e omogeneo.

Il consiglio in più: Se l'impasto ti sembra troppo duro, aggiungi un altro goccio di Vin Santo; se invece è troppo appiccicoso, spolvera con un velo di farina.



- 3** Fai riposare: Avvolgi il panetto nella pellicola trasparente e lascialo riposare a temperatura ambiente per almeno 30 minuti. Non saltare questo passaggio: serve a rilassare il glutine e ti permetterà di stendere la sfoglia senza fatica.

Stendi la sfoglia: Trascorso il tempo di riposo, riprendi l'impasto. Tira la sfoglia usando il mattarello o la macchinetta. Ricorda che per i Cenci toscani non serve una sfoglia "velo di cipolla": cerca uno spessore medio-sottile di circa 2 mm per mantenere quella rusticità tipica che li rende friabili ma consistenti.



- 4 Dai la forma: Con una rotella dentellata, taglia la sfoglia ottenendo dei rettangoli o dei rombi irregolari. Pratica uno o due tagli netti al centro di ogni pezzo (questo aiuta la cottura uniforme e crea la forma caratteristica).



5 Friggi: Porta l'olio di semi di arachide a temperatura (l'ideale è tra i 170°C e i 180°C). Immergi pochi pezzi alla volta per non abbassare la temperatura dell'olio. Girali appena diventano dorati; basteranno pochi secondi per lato.

Scola e servi: Preleva i ceci con una schiumarola e adagiali su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso. Una volta che si sono raffreddati, spolverizzali abbondantemente con zucchero a velo.





IDEE ALTERNATIVE

La ricetta tradizionale è un caposaldo, ma si può giocare con piccoli dettagli.

Con altri aromi: Al posto della scorza di limone, puoi usare quella di un'arancia non trattata per un profumo più dolce e avvolgente. Un pizzico di semi di anice nell'impasto è un altro grande classico toscano.

Con un liquore diverso: Se proprio non trovi il Vin Santo (ma ti prego, cercalo!), puoi sostituirlo con del Marsala secco di buona qualità. Il sapore non sarà lo stesso, ma si avvicinerà.

Versione più croccante: Se li preferisci meno friabili e più croccanti, puoi omettere il burro e aggiungere un altro goccio di Vin Santo per legare l'impasto.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per dei cenci rustici e profumati, proprio come quelli della nonna toscana.

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto della consistenza dei cenci è non stendere la sfoglia troppo sottile. A differenza di altre chiacchiere che devono essere quasi trasparenti, i cenci mantengono una certa rusticità e uno spessore di un paio di millimetri che li rende friabili ma consistenti.

Lo sfizio in più: Non avere paura di friggere! Una frittura rapida e alla giusta temperatura (170-180°C) è il segreto per ottenere cenci asciutti, pieni di bolle e per nulla unti. L'alcool del Vin Santo aiuterà a renderli ancora più croccanti.

L'idea per i bambini: I bambini si divertiranno un mondo a impastare e a tagliare le strisce con la rotella (con la tua supervisione). È un modo perfetto per passare un pomeriggio di festa insieme.

Idea antispreco: Non buttare via i ritagli di impasto! Rimpastali velocemente, lasciali riposare per qualche minuto e stendili di nuovo. Gli ultimi pezzetti, anche se piccoli e irregolari, saranno i più contesi.

COME CONSERVARE I CENCI TOSCANI

I cenci toscani si conservano meravigliosamente. Una volta freddi, riponili in un sacchetto di carta per alimenti o in una scatola di latta. Si manterranno fragranti e profumati per diversi giorni.