

ANTIPASTI E SNACK

Ciambelline di patate e formaggio

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 20 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + IL TEMPO DI RAFFREDDAMENTO (15 MINUTI)



Le ciambelline di patate e formaggio sono la soluzione perfetta quando hai voglia di uno stuzzichino goloso che faccia felice tutta la famiglia. Questa preparazione trasforma il classico impasto delle crocchette in una forma a ciambella, garantendo una superficie croccante più estesa e una cottura uniforme. Il sapore delicato delle patate si sposa divinamente con l'anima sapida del formaggio, creando un contrasto di consistenze davvero unico.

Per rendere il tuo aperitivo o la tua cena ancora più ricca, potresti accompagnarle a dei deliziosi [involtini di bresaola e caprino](#) o servirle come

contorno sfizioso dopo un assaggio di involtini di speck e brie. Se ami i sapori rustici, non perderti anche la nostra versione delle cestini di parmigiano o lasciati ispirare dalla versatilità di queste vol-au-vent. Preparare le ciambelline di patate e formaggio è molto semplice e divertente: bastano pochi ingredienti genuini e un pizzico di manualità per portare in tavola un piatto che profuma di casa e di convivialità.

INGREDIENTI PER LE CIAMBELLINE DI PATATE E FORMAGGIO

PATATE A PASTA GIALLA 500 gr
FARINA 00 150 gr
UOVA MEDIE 1
PARMIGIANO REGGIANO
GRATTUGIATO 50 gr
PROVOLA AFFUMICATA o scamorza -
100 gr
PREZZEMOLO TRITATO 1 ciuffo
NOCE MOSCATA
SALE
PEPE NERO
OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

PREPARAZIONE DELLE CIAMBELLINE DI PATATE E FORMAGGIO

- 1 Lava accuratamente le patate e bollile con la buccia in abbondante acqua salata per circa 30-35 minuti, finché non saranno morbide se bucate coi rebbi di una forchetta. Scola le patate, sbucciale ancora calde e schiacciale direttamente all'interno di una ciotola capiente con lo schiacciapatate. Lascia intiepidire il purè per una decina di minuti. Aggiungi al purè l'uovo, la farina, il Parmigiano Reggiano, il prezzemolo tritato, un pizzico di noce moscata, sale e pepe a piacere.
- 2 Impasta gli ingredienti prima con una forchetta e poi a mano, lavorando il composto direttamente nella ciotola finché non ottieni un panetto omogeneo, morbido e leggermente compatto. Preleva una porzione di impasto (circa 40-50 g), appiattiscila leggermente sul palmo della mano e disponi al centro un paio di cubetti di provola affumicata. Richiudi l'impasto avvolgendo il formaggio e forma prima un cilindro lungo

circa 15 cm, poi congiungi le due estremità sigillandole bene per dare la tipica forma a ciambellina. Prosegui così fino a terminare l'impasto.

- 3 Scalda l'olio di semi di arachidi nella padella alta fino a raggiungere una temperatura di circa 170°C. Immergi poche ciambelline alla volta per non far abbassare la temperatura dell'olio e cuocile per circa 3-4 minuti, girandole a metà cottura finché non risultano dorate e croccanti in superficie. Preleva le ciambelline con una schiumarola, scolale su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso e servile subito ben calde e filanti!

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: sostituisci la farina o il pangrattato nell'impasto con della farina di riso o della fecola di patate certificata. La consistenza rimarrà leggerissima.

Versione senza lattosio: utilizza un formaggio stagionato oltre i 30 mesi (naturalmente privo di lattosio) o una versione delattosata di scamorza o provola.

Versione light: invece di friggerle, cuoci le tue ciambelline di patate e formaggio in forno ventilato a 200°C per circa 15-20 minuti, o in friggitrice ad aria, spruzzandole appena con un filo d'olio.

L'idea vegetariana/vegana: questa ricetta è già vegetariana. Per la variante vegana, sostituisci il formaggio con dei cubetti di tofu affumicato e usa una pastella di acqua e farina di ceci per legare l'impasto.

L'idea WOW: aggiungi un pizzico di noce moscata e della scorza di limone grattugiata all'impasto: l'aroma agrumato esalterà incredibilmente il sapore delle patate.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: per evitare che l'impasto risulti troppo molle e difficile da modellare, cuoci le patate con la buccia e, una volta schiacciate, lasciale raffreddare completamente prima di aggiungere gli altri ingredienti. Le patate fredde trattengono meno umidità, garantendo ciambelline di patate e formaggio perfette.

Lo sfizio in più: passa le ciambelline in una granella di pistacchi o di mandorle prima di friggerle per un tocco gourmet e una croccantezza extra.

L'idea per i bambini: crea delle "mini-ciambelline" grandi quanto una moneta: i più piccoli le mangeranno volentieri come se fossero dei popcorn di patate.

Idea antispreco: non buttare le bucce delle patate! Se le hai lavate bene prima della cottura, puoi friggerle separatamente con un po' di sale e paprika per ottenere delle chips croccantissime.

CONSERVAZIONE

Le ciambelline di patate e formaggio danno il meglio di sé calde e appena fatte. Tuttavia, si conservano in frigorifero per 1-2 giorni in un contenitore ermetico. Per ridare loro fragranza, passale qualche minuto in forno caldo o nella friggitrice ad aria; evita il microonde, che le renderebbe gomgnose.