

ANTIPASTI E SNACK

## Sciatt valtellinesi

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Lombardia](#)

DOSI PER: [25 pezzi](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [10 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



Gli sciatt sono una delle **ricette tipiche regionali** più golose della **Valtellina**, piccole e **croccanti frittelle di grano saraceno** che nascondono un cuore di formaggio fuso. Sono un antipasto rustico e saporito, perfetto da gustare caldo. La loro pastella, a base di farina di grano saraceno, conferisce un sapore unico, che troviamo anche in altri piatti di montagna come i [Canederli di grano saraceno](#) rustici o la famosa [Torta al grano saraceno](#). Gli sciatt appartengono alla grande e amata famiglia dei fritti, stuzzichini irresistibili che mettono tutti d'accordo. Pensa alla bontà della [pizza fritta napoletana](#), delle [Pannelle siciliane](#), dei [suppli](#) romani o della [Polenta fritta](#) del nord. Sono in buona compagnia con le

classiche [Polpette di carne fritte](#), le [Crocchette di riso](#), lo [Gnocco fritto senza strutto](#) o le dolci [Pizzelle fritte](#). E per una versione vegetale, c'è sempre la [Zucca frita](#).

## INGREDIENTI PER GLI SCIATT DELLA VALTELLINA

FARINA DI GRANO SARACENO 100 gr  
FARINA 00 100 gr  
FORMAGGIO CASERA DOP in alternativa  
va bene Montasio o Fontina - 200 gr  
BIRRA CHIARA freddissima - 200 gr  
GRAPPA 20 gr  
SALE FINO 5 gr  
PEPE NERO 1 pizzico

## INGREDIENTI PER LA FRITTURA

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 800 gr

## INGREDIENTI PER SERVIRE

INSALATA

# COME PREPARARE GLI SCIATT DELLA VALTELLINA

**1 Il Formaggio:** Inizia tagliando il formaggio Casera a cubetti. Cerca di fare dei dadini di circa 1,5 o 2 cm per lato. Non devono essere perfetti (sono "rospi" d'altronde!), ma cerca di farli simili affinché cuociano nello stesso tempo.

**Le Polveri:** In una ciotola capiente versa la farina di grano saraceno e la farina 00. Aggiungi il sale e dai una prima mescolata per unire le polveri.





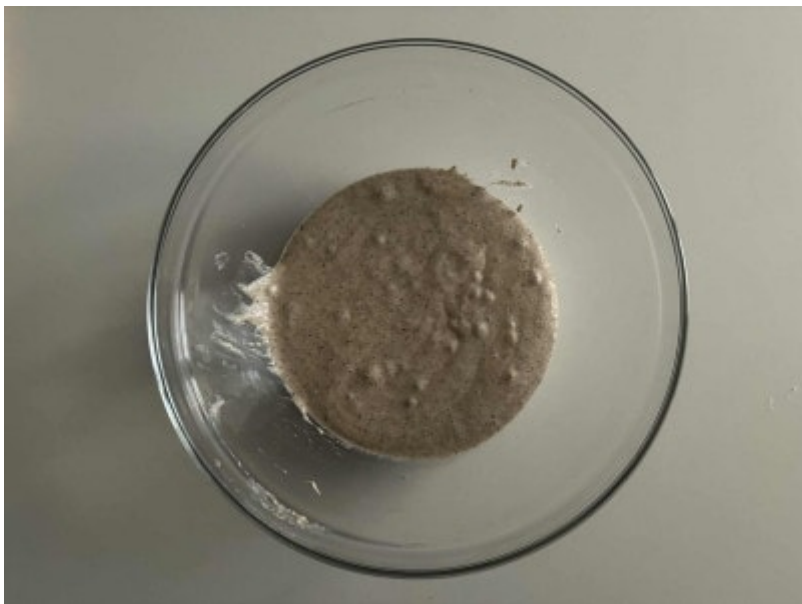
**2** I Liquidi: Ora versa la birra (deve essere fredda di frigo!) a filo sulle farine, mescolando

continuamente con una frusta per evitare grumi.



- 3 Aromi:** Una volta che la birra è assorbita, aggiungi il bicchierino di grappa e un pizzico di pepe. Continua a lavorare il composto con la frusta finché non ottieni una pastella liscia, morbida ma corposa (non deve essere troppo liquida, altrimenti scivola via dal formaggio).





4 **L'Unione:** Questa è la particolarità degli sciatt, tuffa tutti i cubetti di formaggio

direttamente dentro la ciotola della pastella e mescola delicatamente per ricoprirli tutti.





**5** **Scalda l'olio:** Versa abbondante olio nella padella e portalo a temperatura. L'ideale è 170°C. Se non hai il termometro, fai la prova stuzzicadenti: se immerso nell'olio fa tante bollicine, ci siamo.

**Formatura e Cottura:** Qui serve un po' di destrezza. Prendi due cucchiaini. Con uno pesca un cubetto di formaggio assicurandoti che sia ben avvolto da un po' di pastella, e usa l'altro cucchiaino per spingerlo giù nell'olio bollente.

**Non affollare la padella:** cuocine 4 o 5 alla volta per non abbassare la temperatura dell'olio





- 6** Friggi per circa un minuto, girandoli finché non diventano di un bel colore bruno dorato. Scolali con una schiumarola e appoggiali su carta assorbente.

Servi gli sciatt caldissimi (attenzione al cuore bollente!) adagiandoli su un letto di insalata fresca o cicorino condito con una vinaigrette leggera. Il contrasto tra il fritto caldo e l'insalata fresca è poesia.





## IDEE ALTERNATIVE

**Versione senza glutine:** Sostituisci i 100 g di farina 00 con altrettanta farina di grano saraceno oppure con un mix di farine naturali senza glutine (es. farina di riso). La ricetta sarà perfetta per i celiaci.

**Versione senza lattosio:** Questa ricetta è incentrata sul formaggio, quindi è difficile adattarla. Non esistono alternative vegetali che possano replicare il sapore e la consistenza del formaggio Casera.

**Versione light:** Per una versione più leggera, si potrebbe provare la cottura in friggitrice ad aria. Spruzza gli sciatt con un po' d'olio e cuocili a 200°C per circa 8-10 minuti, finché la pastella non sarà dorata e croccante.

## TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

**Trucco per una riuscita sicura:** Il segreto per una pastella croccante e leggera è usare birra (o acqua) freddissima. Lo shock termico a contatto con l'olio caldo creerà una frittura perfetta, asciutta e non unta.

**Lo sfizio in più:** Servi gli sciatt come vuole la tradizione valtellinese, caldissimi, su un letto di cicoria o cicorino tagliato sottile e condito semplicemente con olio e aceto. Il contrasto tra il caldo e il freddo, e tra il grasso e l'amaro, è eccezionale.

**L'idea per i bambini:** Il sapore del grano saraceno e della grappa potrebbe essere troppo forte per loro. Puoi preparare una pastella più semplice con sola farina 00 e acqua frizzante, e usare un formaggio più delicato come la mozzarella per pizza.

**Idea antispreco:** Se ti avanza della pastella senza formaggio, non buttarla. Puoi usarla per friggere delle verdure a bastoncino (carote, zucchine) o delle fettine di mela.

# COME CONSERVARE GLI SCIATT VALTELLINESI

Gli sciatt vanno mangiati subito, caldi e filanti. Non si prestano a essere conservati o riscaldati, perché perderebbero tutta la loro croccantezza e il cuore filante.