

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Come preparare gli strauben del Trentino con confettura di mirtilli

DOSI PER: 4 pezzi    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 25 min    COTTURA: 15 min    COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Prepara gli **strauben del Trentino** seguendo la nostra ricetta tradizionale: dolci fritti dalla consistenza sottile e croccante.

### INGREDIENTI PER L'IMPASTO

LATTE 200 gr  
FARINA 00 200 gr  
GRAPPA bianca o barricata - 30 gr  
UOVA MEDIE 2  
BURRO 20 gr  
SCORZA GRATTUGIATA DI LIMONE  
SALE 1 pizzico

### INGREDIENTI PER LA FRITTURA

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

### INGREDIENTI PER DECORARE

ZUCCHERO A VELO  
CONFETTURA DI MIRTILLI

# COME FARE GLI STRAUBEN

- 1 Ecco come cucinare dei buonissimi strauben del trentino: versa il burro e la scorza grattugiata del mezzo limone in un pentolino, fai scaldare, mescolando con un cucchiaino, a fiamma bassa fino a sciogliere tutto. Unisci il latte tiepido e mescola. Tieni da parte.









2 Dividi i tuorli dagli albumi e monta questi ultimi a neve ben ferma



3

In un'altra ciotola versa i tuorli con un pizzico di sale, sbatti con una frusta a mano e inizia ad incorporare un po' alla volta il latte alternato con la farina, continuando a mescolare. Continua ad unire liquidi e farina fino ad ottenere una pastella liscia.





4 Ora aggiungi la grappa e amalgama bene sempre utilizzando la frusta a mano.





- 5** In ultimo incorpora gli albumi montati a neve alla pastella, mescolando con una spatola dal basso verso l'alto, delicatamente per non far smontare il composto.







- 6 In una padella di 24-26 cm versa l'olio di arachide e lascia scaldare, deve raggiungere una temperatura di 175°C, se non hai il termometro non preoccuparti, quando senti che inizia a diventare caldo immergi la punta di uno stecchino, se frigge, è pronto!

Versa la pastella nell'apposito imbuto per crepes e lascia cadere l'impasto nell'olio formando una spirale, iniziando dall'esterno fino a chiudere al centro.





**7** Gli strauben devono essere ben croccanti, quindi gira sul lato opposto solo quando vedi



che sotto (sollevando un lato con una paletta) è ben dorato.





**8** Scola su carta assorbente e continua a friggere gli altri strauben. Con queste dosi ne vengono 4.

Sistema ogni strauben sopra un piatto grande e spolvera con abbondante zucchero a velo, terminando la decorazione con la confettura di mirtilli rossi.





## STRAUBEN DEL TRENTINO SONO DOLCI FRITTI CROCCANTI E LEGGERI

Gli **strauben del Trentino** sono dolci fritti tipici della tradizione alpina, perfetti per le feste e le sagre di paese. Queste delizie croccanti e leggere, simili a spirali dorate, sono facili da preparare con pochi ingredienti economici. Tradizionalmente serviti con zucchero a velo e confettura di mirtilli, gli strauben sono l'ideale per concludere un pasto in dolcezza o per una merenda golosa. Scopri la nostra ricetta passo dopo passo e porta in tavola un pezzo di tradizione trentina.

## TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Usa un imbuto semplice se non hai l'imbuto professionale per crepes: basta essere veloci e precisi.

Se avanza dell'impasto, puoi conservarlo in frigorifero per massimo un giorno, coperto con pellicola trasparente.

Aggiungi scorza di arancia grattugiata per un tocco agrumato in più.

Per una variante originale, prova a servire gli strauben con miele o cioccolato fuso al posto della confettura.

## COME CONSERVARE GLI STRAUBEN

Gli **strauben** vanno consumati preferibilmente appena fatti, per mantenere la loro croccantezza. Se necessario, conservali in un luogo fresco e asciutto e riscaldali in forno per pochi minuti prima di servirli. Evita di scaldarli al microonde, per non perdere la loro consistenza croccante.

## POTRESTI CUCINARE ANCHE...

King Cake: il dolce colorato del Mardi Gras.

Migliaccio napoletano: una delizia cremosa a base di semolino.

Chiacchiere di carnevale: il classico dolce fritto croccante.

Struffoli: palline fritte immerse nel miele.

Frittelle di mele e uvetta: un dolce tradizionale ricco di sapore.

Ravioli di Carnevale al forno: più leggeri ma ugualmente irresistibili.