

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Zeppole senza burro

DOSI PER: 15 pezzi    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 100 min    COTTURA: 40 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Le [zeppole di San Giuseppe](#) sono dei [dolci](#) tradizionali [di origine napoletana](#) dedicati alla festa del papà, che in Italia si celebra il 19 marzo. La ricetta originale prevede una classica [pasta choux](#), la stessa con cui si preparano i [bigné](#), che viene prima fritta e poi farcita con [crema pasticcera](#) e amarene scioppate. Con le zeppole senza burro vi proponiamo una sfiziosa variante che si differenzia sia per l'utilizzo dell'olio di oliva che per la cottura in forno! A rimanere inalterata invece è la farcitura per un risultato più leggero ma altrettanto delizioso... non ci credete? Non vi resta che verificare di persona preparando queste fantastiche zeppole senza burro!

### PER LA PASTA CHOUX

FARINA 00 150 gr

ACQUA 250 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

100 ml

UOVA INTERE 3

SALE FINO

### PER LA CREMA PASTICCERA

LATTE INTERO 500 ml

ZUCCHERO SEMOLATO 120 gr

TUORLO D'UOVO 4

FARINA 00 50 gr

SCORZA DI LIMONE 1

ESTRATTO DI VANIGLIA 1 cucchiaino da tè

# PREPARAZIONE

**1** Per realizzare le zeppole senza burro iniziate con la preparazione della pasta choux all'olio.

In un pentolino versate l'acqua, il pizzico di sale e l'olio d'oliva.

Mettete sul fuoco e fate sciogliere fino al raggiungimento del bollore.

Una volta raggiunto il bollore, spegnete il fuoco e aggiungete la farina tutta in una volta.



**2** Mescolate velocemente con un cucchiaio di legno fino a che il composto non si staccherà

dalle pareti e una patina bianca si sarà formata sul fondo del pentolino.

Lasciate raffreddare il composto nel pentolino, poi trasferitelo in una planetaria con la foglia.

Versate un uovo per volta, mescolando ad alta velocità: non aggiungete il successivo fino a quando quello precedente non sarà stato completamente assorbito.



- 3 Quando avrete ottenuto un impasto omogeneo e dalla consistenza cremosa trasferitelo in una tasca da pasticciere con punta a stella.

Rivestita una leccarda con carta da forno e spremete l'impasto per formare circa 15 ciambelline.

Cuocete le zepole nel forno statico preriscaldato a 190° per circa 40 minuti.



**4** Per preparare la crema pasticcera fate scaldare il latte in un pentolino insieme alla scorza di limone.

Nel frattempo lavorate i tuorli in una ciotola con la vaniglia e lo zucchero.



**5** Aggiungete la farina al composto di tuorli e lavorate il tutto con una frusta fino ad ottenere un composto senza grumi.

Quando il latte sarà arrivato a sfiorare il bollire, versatelo nel composto di tuorli e amalgamate il tutto.



**6** Trasferite nuovamente il composto nel pentolino e fatelo addensare sul fuoco, mescolando continuamente.

Coprite la crema con pellicola a contatto e lasciate raffreddare completamente.



**7** Una volta trascorso il tempo di cottura delle zepole, aprite leggermente lo sportello del forno e lasciate riposare le zepole nel forno spento per altri 10-15 minuti.

Sistamate le zepole su un piatto da portata e spolverizzatele di zucchero a velo.

Servite le zepole senza burro farcite con crema pasticcera e guarnite a piacere con amarene o ciliegie candite.



## CONSIGLIO

Per questa ricetta è preferibile preparare la crema pasticcera il giorno prima e conservarla in frigorifero fino all'utilizzo, coperta con pellicola a contatto.

L'impasto della pasta choux all'olio si presta anche alla frittura!