

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Come preparare i caggionetti con ceci e cioccolato per le feste

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

DOSI PER: [60 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [30 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: + 30 MINUTI DI RIPOSO



Un tuffo nella **tradizione abruzzese** con i **caggionetti**, [dolci fritti natalizi](#) dal ripieno **irresistibile** di ceci, cioccolato e mandorle. Perfetto per un dessert delle feste o un regalo gourmet fatto in casa. Segui la ricetta passo passo per realizzarli facilmente!

INGREDIENTI PER FRIGGERE I

CAGGIONETTI

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 1 l

INGREDIENTI PER DECORARE I

CAGGIONETTI

ZUCCHERO A VELO 2 cucchiaini da tavola

COME FARE I CAGGIONETTI

- 1 Sulla spianatoia disponi la farina a fontana, sguscia al centro l'uovo e aggiungi l'olio, inizia ad incorporare la farina verso il centro e versa il vino, poco alla volta, mentre incorpori la farina .

Lavora energicamente con le mani l'impasto e quando avrai ottenuto un bel panetto liscio e compatto avvolgilo nella pellicola trasparente per alimenti, lascialo riposare 30 minuti a temperatura ambiente.





- 2 Trasferisci i ceci cotti nel mixer da cucina. Trita a coltello il cioccolato fondente e le mandorle e mettile nel robot insieme ai ceci tritati, aziona nuovamente fino ad ottenere un composto compatto ed omogeneo.

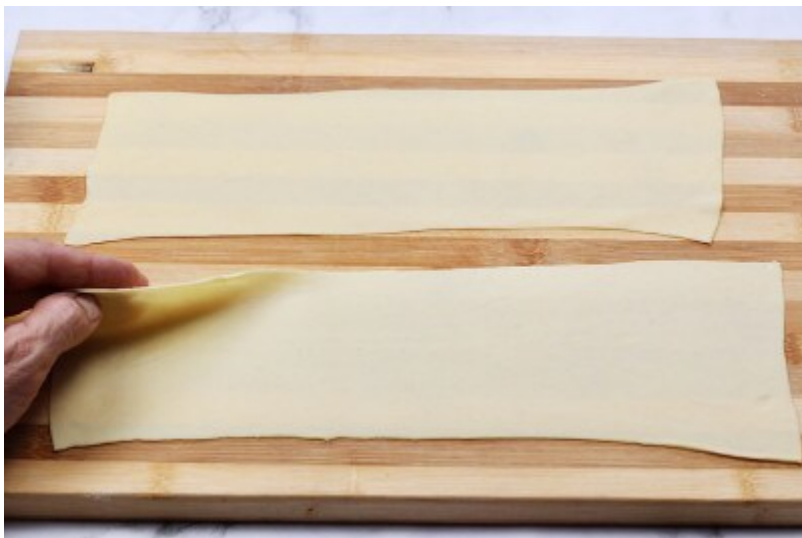




- 3 Trascorso il tempo di riposo riprendi l'impasto, taglia una porzione e avvolgi quel che resta in pellicola da cucina, in questo modo non si seccherà.

Infarina leggermente il pezzetto di impasto tagliato ed inizia ad assottigiarlo con la sfogliatrice. Parti dallo spessore più grosso, poi riprendi la pasta e ripiega le due estremità esterne verso l'interno, ripassa di nuovo assottigliandolo gradualmente, prosegui in questo modo fino ad ottenere uno spessore di 2-3 mm.





- 4 Farcisci le sfoglie ottenute con il ripieno, prepara delle quenelle con due cucchiaini e distanziale 4 cm l'una dall'altra, ripiega ogni sfoglia a libro facendo combaciare i due lembi di pasta, elimina l'aria tutt'intorno al ripieno utilizzando i polpastrelli, poi con un tagliapasta (o con un coppapasta rotondo) ricava i caggionetti.

Procedi così fino a terminare gli ingredienti, i ritagli di pasta potrai compattarli e sfogliarli per ottenerne altri.

Scalda l'olio di semi di arachidi in una casseruola a bordi alti, quando avrà raggiunto la temperatura di 175°C inizia a friggere 2-3 pezzi alla volta.

Il tempo di cottura è di 2 minuti, quindi quando vengono a galla poi raccogliarli con una schiumarola scolandoli bene.





- 5 Trasferiscili in un ampio piatto foderato con carta paglia o carta assorbente per eliminare completamente l'olio. Infine prima di portarli in tavola cospargili con lo zucchero a velo ponendoli in un bel piatto da portata.



CAGGIONETTI ABRUZZESI: LA RICETTA TRADIZIONALE PER DOLCI

I **caggionetti** sono un simbolo della **tradizione dolciaria abruzzese** durante il **periodo natalizio**. Questi deliziosi **dolci fritti** si distinguono per la loro sfoglia croccante e un ripieno ricco e speziato a base di ceci, cioccolato e mandorle. Perfetti per chi ama portare in tavola i sapori autentici delle feste, i caggionetti rappresentano un mix di semplicità e bontà, da condividere con amici e familiari.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per un ripieno più ricco, puoi aggiungere un pizzico di cannella o sostituire i ceci con castagne lesse per una variante più dolce e cremosa.

Recupero degli avanzati: se avanza della pasta, ricava delle tagliatelle o usala per creare altri dolcetti fritti.

Evitare sprechi nel ripieno: prepara il composto il giorno prima e conserva gli eventuali avanzati in

frigorifero per un massimo di due giorni. Puoi utilizzarlo anche come base per altri dolci.

Consigli per la frittura: friggi pochi caggionetti alla volta per evitare di abbassare la temperatura dell'olio e ottenere una doratura perfetta.

CONSERVAZIONE

Per mantenere la freschezza dei caggionetti, conservali in un luogo asciutto, preferibilmente avvolti in carta paglia o carta da forno.

Evita il frigorifero, che potrebbe compromettere la consistenza della sfoglia. I caggionetti si mantengono fragranti per 2-3 giorni.