

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Zeppole di San Giuseppe: la ricetta tradizionale per la Festa del Papà

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

DOSI PER: [12 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [media](#) PREPARAZIONE: [45 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Le **zeppole di San Giuseppe** sono un dolce tipico della tradizione italiana, preparato il 19 marzo per la **Festa del Papà**.

COME FARE LE ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE

- 1 Per preparare le zeppole di San Giuseppe, comincia a cucinare la crema pasticcera in questo modo: versa i tuorli in una ciotola e aggiungi lo zucchero, mescola fino a sciogliere lo zucchero e aggiungi l'estratto di vaniglia, unisci anche l'amido di mais e mescola per bene. Stempera il composto con un mestolo di latte, portato prima a bollire con una scorza di limone.





- 2 Dopo aver rimosso la scorza di limone dal latte, versaci dentro il composto di tuorli mescolando.

Per fare la crema, è sufficiente mescolare dolcemente e quel tanto che basta per non farla attaccare sul fondo, non serve mescolare con una frusta o sbattere energicamente.

Lascia addensare la crema, cioè lascia che si formino i grumi di crema cotta e continua a mescolare. Quando è perfettamente rassodata, spegni il fuoco e mescola energicamente per emulsionarla e renderla lucida. Trasferisci la crema pasticcera in una ciotola e copri a contatto con un foglietto di carta forno.







- 3** In un pentolino versa l'acqua, il burro e il sale, fai sciogliere il burro e aggiungi la farina. Mescola in continuazione e lascia cuocere a fuoco medio finché non ottieni una polenta liscia e asciutta.







- 4 Trasferisci l'impasto in una ciotola ampia e, allargandolo un pò, lascialo raffreddare 2 minuti, infine aggiungi un uovo alla volta, mescola ad ogni uovo e non aggiungere il successivo se il precedente non sarà assorbito dall'impasto.

La **pâte à choux** è un impasto particolare: ogni volta che aggiungi un uovo ti sembrerà di aver rovinato tutto, ma non ti preoccupare, continua a mescolare che va bene così!

Quando hai terminato le uova, trasferisci la pasta choux in un sac à poche con bocchetta a stella da almeno 12 mm.





5 Su un foglio di carta forno, forma dei cerchi di impasto da circa 9 cm di diametro esterno.

Con delle forbici dividi il foglio di carta forno così ti sarà più facile friggerle, oppure, puoi anche cuocerle in forno ventilato a 220°C. per una ventina di minuti.

In olio di semi caldo a 180°C, ribalta una zeppola con la carta forno verso l'alto.

Dopo pochi secondi con delle pinze rimuovi la carta e metti a friggere le altre zepole.

Dopo 3 minuti, comincia a girarle. **Se le metti in ordine orario o antiorario, ti sarà più facile ricordarti e riconoscere quali sono da girare prima in modo da avere una cottura uniforme.**

Procedi con tutte le altre zepole.





- 6 Con una frusta rendi nuovamente liscia la crema pasticcera e trasferiscila in un sac à poche con bocchetta a stella. Spolvera le zeppole con abbondante zucchero a velo e con il sac à poche fai un ricciolo di crema. Finisci con una amarena per ogni zeppola di San Giuseppe.





ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE: RICETTA TRADIZIONALE NAPOLETANA

Le **zeppole di San Giuseppe** sono un dolce della tradizione italiana preparato il 19 marzo per celebrare la Festa del Papà. Originarie di Napoli, queste deliziose ciambelle di [pasta choux](#) vengono fritte o cotte al forno, poi farcite con crema pasticcera e decorate con un'amarena sciroppata. La loro forma circolare e la morbidezza dell'impasto le rendono irresistibili. Prepararle in casa non è difficile, basta seguire alcuni accorgimenti per ottenere **zeppole leggere e ben dorate**. Scopri come realizzarle con la nostra ricetta dettagliata!

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per una crema più profumata, lascia in infusione la scorza di limone nel latte caldo prima di preparare la crema pasticcera.

Se vuoi una variante più leggera, cuoci le zeppole in forno ventilato a 220°C per circa 20 minuti.

Per evitare sprechi, utilizza gli albumi avanzati per preparare delle meringhe o una frittata proteica.

Se non hai amarene sciroppate, puoi decorare con ciliegie candite o frutti di bosco.

COME CONSERVARE LE ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE

Conserva le **zeppole** farcite in frigorifero per massimo 2 giorni. Se non farcite, puoi conservarle in un contenitore ermetico a temperatura ambiente per 1 giorno. Evita di congelare le zeppole già farcite, poiché la crema perderebbe la sua consistenza.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Bignè di San Giuseppe: dolci simili ma con una forma più compatta e ripieno di crema.

Profiteroles al cioccolato: un dessert goloso con bignè farciti e ricoperti di ganache.

Zeppole in friggitrice ad aria: la versione golosa senza fruttura.

Churros con crema pasticcera: bastoncini fritti e golosi, perfetti da intingere.

Cannoli siciliani: croccanti cialde ripiene di ricotta e gocce di cioccolato.

Sfogliatelle napoletane: un altro classico della pasticceria campana, con ripieno di ricotta e semola.