

I fiori di zucca fritti in pastella

Una ricetta in cui la manualità fa la differenza. Pochi ingredienti ma risultato assicurato per un fritto fragrante

22 Maggio 2023 alle 06:00

1 minuti di lettura

Già Pellegrino Artusi insisteva sul fatto che nella frittura il segreto è la pastella: se ben preparata regalerà fritti leggeri, croccanti e gustosi.

I fiori di zucca o di zucchina sono un grande classico tra gli antipasti all'italiana. Possono essere "vuoti" o farciti come in questo caso. Tra i ripieni più gettonati, mozzarella e alici, a sua volta un binomio molto collaudato e di sicuro successo.

La ricetta: fiori di zucca fritti in pastella

Ingredienti per 4 persone

12/16 fiori di zucca

200 g di farina

1 uovo

1 acciughina per fiore

olio per friggere q.b.

sale e pepe q.b.

1 dl d'acqua frizzante fredda

Procedimento

Mescolare bene in una terrina la farina con l'uovo poi con l'acqua versandola a poco per volta. Sbattete gli ingredienti fino a quando la pastella avrà la giusta consistenza (cioè il fiore, una volta immerso, dovrà rimanere ricoperto da uno strato sottile).

Se necessario unite un altro po' d'acqua.

Prendete i fiori di zucca lavati e asciugati delicatamente in un telo di cotone (e privati del pistillo, a meno che non vi piacciono i sapori più amarognoli).

Tagliate a striglioline il fiordilatte, sgocciolate le acciughe dall'olio. Mettere in ciascuno fiore un pezzetto di mozzarella e un'acciuga.

In una padella a fuoco medio/alto fate scaldare l'olio per friggere.

Immergere i fiori di zucca nella pastella, girarli con delicatezza in modo che vengano totalmente ricoperti. Quando l'olio sarà bollente friggerli pochi alla volta, rigirandoli su tutti i lati.

Prelevarli dalla padella con un mestolo forato e farli asciugare su carta assorbente.

Aggiungete un pizzico di sale.

Il Gusto

I fiori di zucca fritti in pastella

Eleonora Cozzella

Carlo Cracco: "E' il momento di riscoprire il pesce di lago"

di Nicoletta Moncalero

La Matera del gusto: 11 ristoranti per scoprire i sapori della Città dei Sassi

di Miriam Massone

Così le orate rischiano di distruggere l'allevamento dei mitili

di Laura Ivani

leggi tutte le notizie di Il Gusto >

© Riproduzione riservata