

Frittelle di zucchini trombetta e suoi fiori

Categoria: Portate - Verdure e Contorni



Informazioni Generali

Preparazione: 40 min	Cottura: 10 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa	

Le frittelle di zucchini trombetta e suoi fiori, sono una preparazione rustica e saporita, ingentilita dalle zucchini trombetta, di origine ligure e dalla polpa più tenera e delicata;

queste frittelle, preparate con farina, uova, formaggio grattugiato, aglio e prezzemolo, possono tranquillamente essere servite a piccole dosi come **antipasto**, oppure come **contorno** o addirittura come **secondo piatto** ... a voi la scelta!



Ingredienti

» Acqua (o latte) 150 ml	» Pepe nero macinato 1 pizzico
» Aglio 1 spicchio	» Prezzemolo tritato 1 cucchiaino
» Farina 120 gr	» Sale 2 pizzichi
» Parmigiano Reggiano grattugiato 50 gr	» Uova 2
» Pecorino grattugiato 50 gr	» Zucchine trombetta 250 gr + 6 fiori

Preparazione



Lavate e asciugate le **zucchine e i suoi fiori**, togliendo a questi ultimi la base (1). Tagliate le zucchini a fette sottilissime (1mm) (2), aggiungete due pizzichi di sale, mescolatele e ponetele in uno scolapasta; copritele con un piattino e ponete al di sopra di esso un peso (per esempio una confezione da un chilo di zucchero), in modo che **buttino fuori l'acqua** che contengono. Lasciatele così per circa mezz'ora. Intanto in una ciotola, preparate la **pastella** (3), mescolando 150 ml di **acqua (o latte)**, **le uova**, **il formaggio grattugiato**,





il **prezzemolo (4)**, la **farina**, l'**aglio schiacciato** e un **pizzico di pepe nero**.

Aggiungete i **fiori di zuccina** spezzettati grossolanamente con le mani (5), e poi unite le **zucchine (6)** : l'impasto deve risultare **denso**, e se non lo fosse, potete aggiungere un cucchiaino di farina.



Preparate una padella con dell' **abbondante olio** , e mettetela sul fuoco, poi quando l'olio sarà caldo immergete l'impasto a cucchiaiate (il cucchiaino non deve essere colmo, ma a circa $\frac{3}{4}$), e fate **friggere le frittelle (7)** a fuoco moderato da **entrambi i lati** . Toglietele dall'olio quando saranno dorate per mezzo di una **schiumarola (8)** , e ponetele su carta assorbente da cucina (9), affinché perdano l'olio in eccesso, dopodichè **servitele ancora calde**.

Consiglio



Per friggere queste frittelle di zucchine, vi consiglio di usare un **wok**, e di tenere il **fuoco moderato** , in modo che l'olio si ben caldo ma non così bollente da bruciare le frittelle o colorirle esageratamente all'esterno e lasciarle crude all'interno.

Inoltre, **non aggiungete altro sale** oltre a quello citato nella ricetta, per evitare che le frittelle risultino **esageratamente saporite**.

Curiosita'

Se volete ottenere delle **frittelle più soffici e gonfie** potete usare della **farina già mischiata con del lievito** , oppure aggiungere **mezzo cucchiaino di lievito** per torte salate.

Se non trovate le **zucchine trombetta** , potete usare quelle classiche, a patto che siano piccole e tenere.

