

# Strauben (frittelle tirolesi)

Categoria: Sapori d'Italia - Trentino- Alto Adige



## Informazioni Generali



Preparazione:  
20 min



Cottura:  
a frittella 3  
min



Costo:  
Basso



Difficoltà:  
Media

Le strauben sono frittelle dolci tipiche tirolesi ; hanno forma di chiocciola e sono composte da un impasto di farina, uova, latte, zucchero, burro e un aromatico bicchierino di grappa.

Le strauben (il termine tedesco straub significa tortuoso come la forma che il dolce assume durante la frittura) vengono di solito preparate nelle feste di piazza o durante le sagre di paese e vengono chiamate anche stràboli, stràuli, o fortaie.

Dopo la frittura che originariamente avveniva nel grasso, le strauben vengono cosparse di abbondante zucchero a velo e generalmente accompagnate con della marmellata di mirtilli rossi, ma anche con panna montata o frutta cotta.



### Ingredienti per l'impasto di circa 8 strauben

» Burro

25 gr



» Sale

1 grosso pizzico



» Farina

200 gr



» Uova

3 medie



» Grappa

1 bicchierino (circa 20-25 ml)



» Zucchero

50 gr



» Latte

250 ml



### ...per friggere

» Olio di semi

q.b.



### ...per cospargere

» Marmellata

di mirtilli rossi 1 cucchiaio per  
strauben



» Zucchero

a velo q.b.



## Preparazione



Versate il latte in una ciotola capiente (1), quindi aggiungete la farina setacciata e il sale (2), mescolando con una frusta per amalgamare gli ingredienti. Aggiungete al composto il burro fuso (3), il bicchierino di grappa (4) (circa 20-25 ml) e i 3 tuorli (5) (tenete gli albumi da parte), continuando a mescolare.



Montate gli albumi a neve e, continuando a sbattere, aggiungete lo zucchero; versate gli albumi montati a neve nel composto di farina e uova (6) e amalgamateli delicatamente con una spatola o mestolo di legno, in modo da incorporare aria e non smontarli.



Mettete dell'abbondante olio (o dello strutto se preferite) in un padella del diametro di cm 25 (7) che porrete sul fuoco; l'olio deve essere ben caldo ma non troppo bollente (non deve superare i 170°), in modo che la pastella possa dorarsi ma non scurirsi immediatamente (a tale scopo immergete un piccolo quantitativo di impasto nell'olio per testare il giusto grado di calore). Prendete un imbuto, tappate il foro con un cartoncino (8) o con il dito indice e quindi versate al suo interno un mestolo circa di pastella (9).



Posizionatevi sopra la padella e togliete il dito (o il cartoncino) dall'imbuto per fare fuoriuscire la pastella (10) che dovrete far colare nella padella in senso circolare (11) cominciando dall'esterno e continuando verso il centro (12-13-14).



Non appena il dolce avrà assunto un colore dorato, afferratelo con due schiumarole (15) e giratelo per dorare l'altro lato.



### Inguaribile goloso?

Cerchi altre ricette di dolci, prova il Ricettario del Forum.

A doratura avvenuta, sempre con l'aiuto delle schiumarole, togliete la strauben dall'olio (16), fatela sgocciolare e ponetela a perdere l'olio in eccesso su di più fogli di carta assorbente da cucina. Trasferite la strauben su di un piatto da portata, cospargetela con dello zucchero a velo (17) e ponete al centro del dolce un cucchiaino di marmellata di mirtilli rossi (18) e/o panna montata. Servite immediatamente.

### Consiglio

Volendo, potete realizzare la pastella delle strauben con **100 ml di birra** e 150 ml di latte (al posto di 270 ml di solo latte).