

FRIGGERE CON LA PASTELLA

**TESTI E FOTO A CURA DI
MANUELA MILLETARÌ**

BLOG

<http://blog.giallozafferano.it/incucinaconilblog/>

Preparare un fritto croccante non è poi così difficile. Con questi consigli il successo è assicurato. Qui di seguito vi riporto 5 ricette per FRIGGERE CON LA PASTELLA.



PASTELLA ALL'ACQUA

Ingredienti

100 g di farina
1 pizzico di sale
½ bicchiere di acqua

Procedimento

Questa è la pastella più semplice e povera, però è leggera e permette di ottenere un fritto molto croccante. Il cibo andrà cotto in abbondante olio caldo, altrimenti se l'olio è poco il risultato sarà molto unto e molliccio. Setacciate la farina in una ciotola ed insaporitela con un grosso pizzico di sale e mescolando con un cucchiaio di legno, unite a filo mezzo bicchiere di acqua in modo da ottenere un composto semifluido e senza grumi. La pastella all'acqua è indicata per pesci, molluschi, verdure e carne. Con queste dosi potete friggere circa 800 g di alimento.



PASTELLA AL VINO BIANCO

Ingredienti

100 g di farina

½ bicchiere abbondante (circa 120 g) di vino bianco

1 albume

1 pizzico di sale

Procedimento

Passate la farina al setaccio e raccoglierla in una terrina, insaporitela con il sale, poi versate il vino a filo, mescolando in continuazione con un cucchiaio di legno. Dovrete ottenere una pastella semifluida e senza grumi che lascerete riposare per un 'ora circa. Montate l'albume a neve densissima ed unitelo con delicatezza alla pastella sollevandola dal basso verso l'alto e non in senso circolare. Questa è una pastella molto morbida adatta soprattutto per friggere verdure per esempio cavolfiori, finocchi, carciofi. Non va bene per la frutta. Con queste dosi potete friggere 700 g di alimento.



PASTELLA AL LIMONE

50 g di farina
30 g di burro
1 uovo
1 cucchiaio di succo di limone
1 cucchiaio di olio d'oliva
sale

Procedimento

In una piccola casseruola su fuoco bassissimo fate fondere il burro, poi unite la farina e mescolate in continuazione fino a che i due ingredienti saranno perfettamente amalgamati. Unite quindi il succo di limone, l'olio ed il sale. Levate dal fuoco, incorporate 1 tuorlo sempre mescolando e due cucchiari di acqua calda. Mescolate ancora e fate raffreddare. Infine incorporate l' albume montato a neve. Questo tipo di pastella è ottimo per i crostacei e i molluschi. Perfetta per i gamberi per esempio. Tende leggermente a trattenere l'olio perciò scolate i fritti attentamente. Con queste dosi potete preparare 600 g di alimento.

PASTELLA AL LATTE

Ingredienti

75 g di farina
100 g di latte
30 g di burro
1 albume
sale

Procedimento

Versate in una terrina il burro fuso ed unitevi la farina setacciata mescolando. Diluite lentamente con il latte ed insaporite con 1 pizzico di sale ed aggiungete l'albume montato a neve, sollevando il composto dal basso verso l'alto. Questa pastella che è molto coprente serve per friggere i fiori di zucca ed altre verdure, ma anche la carne. Potete preparare 750 g di alimento.

PASTELLA ALLA BIRRA

Ingredienti

125 g di farina
½ bicchiere di birra
½ bicchiere di acqua
1 albume
1 cucchiaino di burro fuso
sale

Procedimento

Mettete in una ciotola la farina setacciata ed unitevi il sale ed il burro fuso. Poi diluite lentamente con la birra senza schiuma e successivamente con mezzo bicchiere scarso di acqua tiepida. Fate attenzione a non formare grumi. Coprite e fate riposare la pastella per un' ora. Quindi montate l'albume montato a neve incorporando dal basso verso l'alto. Questa pastella è indicata per la frutta, per esempio le fettine di mele. Con questa pastella potete preparare 750 g di alimento.



Ricorda che....

La pastella può essere preparata con un certo anticipo e lasciata riposare al fresco. L'albume montato deve essere aggiunto alla pastella solo prima di usarla. È sempre bene setacciare la farina prima di usarla in modo che risulti più polverosa e non faccia grumi. La pastella deve avere una consistenza morbida, in modo che aderisca perfettamente al cibo in un velo sottile. Dopo aver immerso il cibo nella pastella, bisogna sollevare un pezzo per volta, sgocciolando molto bene per evitare la presenza di sbavature che formerebbero delle appendici antiestetiche. Il recipiente utilizzato per la frittura deve essere preferibilmente antiaderente a pareti alte e dovrebbe essere riempito di olio per almeno 6 cm.

GRAZIE PER AVER CONSULTATO IL PDF

BLOG

<http://blog.giallozafferano.it/incucinaconilblog/>



MANUELA