

Ricetta Pannelle Palermitane (dose per circa 40 pannelle)



Ingredienti

INGREDIENTI

500 grammi di farina di ceci
1,5 litri di acqua
prezzemolo tritato (facoltativo)
sale e pepe, quanto basta
olio di semi per friggere, quanto basta

PROCEDIMENTO

In una larga casseruola setacciate la farina di ceci, aggiungete mescolando con una frusta metà acqua versata a filo e poi l'altra metà, salate, ponete sul fuoco. Sempre mescolando, per evitare che il composto attacchi sul fondo, cuocete per dieci minuti. Quando il composto inizia ad addensarsi aggiungete il prezzemolo se vi piace. Portate a bollore e poi spegnere il fuoco.

Si può procedere in due modalità diverse:

- 1) Versare il composto in in un contenitore alto e quando si è ben raffreddato tagliatelo per ricavarne quadretti di circa 4 cm e spessi 5 millimetri.
- 2) Stendere il composto su una superficie piana, versandolo a cucchiainate, e rapidamente, altrimenti indurisce troppo, schiacciarlo allo spessore di circa 5 millimetri. Così di seguito. Con un coltello affilato ritagliate il composto a losanghe o quadratoni. In una larga padella scaldare abbondante olio e frigatevi un po' di pannelli alla volta. Lasciatele dorare da entrambi i lati, sgocciolatele, asciugatele su carta assorbente e servitele subito ben calde.