
Farinata di ceci

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

La farinata di ceci ha origini antiche, si crede nata a Genova nel XIII secolo e che da qui si sia diffusa a poco a poco in tutta la Liguria, per poi arrivare in buona parte della nostra penisola, cambiando nome ma mantenendo, in pratica, lo stesso procedimento. In Toscana è detta Cecina o Torta di ceci (Livorno), in Sardegna è presente per lo più nel sassarese ed è detta Fainè, in Sicilia, nella zona di Palermo, si cucinano le Panelle, con un procedimento molto simile alla Farinata ma, a differenza della cottura in forno, vengono fritte in abbondante olio. La Farinata è solitamente servita senza aggiungere nulla, se non una spolverata di pepe nero, ma per un antipasto sfizioso si potrebbero utilizzare le fette di farinata come base su cui appoggiare varie prelibatezze a base leggermente sapida, da riscaldare poi in forno. Ad esempio si potrebbe usare un composto con gorgonzola, radicchio e noci; oppure stracchino e salsiccia; o funghi e fontina; alici e robiola, insomma, potreste trovare vari modi per far sbizzarrire la vostra fantasia.

Ingredienti 250 grammi di farina di ceci, 8 dl di acqua tiepida, 9 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, q,b, di sale, pepe nero macinato al momento.

Preparazione In un recipiente molto capiente, mettere la farina di ceci, versarvi molto lentamente l'acqua tiepida, mescolando con molta cura e facendo attenzione a far sciogliere gli eventuali grumi che si saranno formati. Salare la miscela e lasciare riposare per un paio di ore. Passato questo tempo, eliminare la schiuma in superficie. Accendere il forno in modo da fargli raggiungere la temperatura di 240-260°C prima di iniziare la cottura. Aggiungere alla miscela di ceci ed acqua 8 cucchiaini di olio extravergine d'oliva e mescolare delicatamente in modo da far amalgamare bene gli ingredienti. A questo punto, prendere una teglia circolare di circa 38 cm di diametro, in modo da ottenere che il liquido versato raggiunga uno spessore inferiore al centimetro; cospargere la teglia con il rimanente olio, avendo cura di coprire tutta la superficie, quindi versare il composto di ceci. Lasciare cuocere per circa 20 minuti ruotando ogni tanto la teglia in modo da ottenere una cottura uniforme. Passati i 20 minuti, lasciare accesa la sola fonte di calore superiore del forno per altri 5-10 minuti. La superficie si deve presentare di colore ambrato scuro con parti abbrunate e la parte inferiore dorata. Si ricorda che ogni forno ha caratteristiche diverse, pertanto sarà bene testare i reali tempi di cottura con il proprio elettrodomestico.

Presentazione Sforzare, lasciare riposare qualche minuto, tagliare e servire con pepe da macinarsi al momento. www.cosacucino.it