
La farinata di ceci

Autore: Massimiliano Fattorini

Fonte: Città Nuova

Ingredienti semplici e salutari per una ricetta tipica della cucina italiana. Dal blog "La piccola casa"

Ecco la semplicissima ricetta per preparare questo grande e piatto genovese:

Ingredienti per due teglie (4 persone)

300 g di farina di ceci

1 litro d'acqua

1 decilitro di olio extra vergine di oliva

Sale

Olio extra vergine di oliva per le teglie

un po' di foglie di maggiorana e rosmarino

Tritare le foglie di rosmarino e di maggiorana. In una ciotola aggiungere la farina di ceci e l'acqua amalgamando per bene con un frustino o una forchetta, ed evitando la formazioni di grumi. Togliere la schiuma che si forma e lasciare riposare per qualche ora. Terminato il riposo della pastella, rimuovere l'eventuale schiuma quindi aggiungere l'olio, il rosmarino, la maggiorana e il sale, rimescolare per bene.

Prendere due teglie rotonde capienti e perfettamente piatte, ungerle per bene con dell'olio extra vergine di oliva. Accendere il forno e quando supera i 250 gradi inserire le teglie unte e lasciarle scaldare per una ventina di secondi, estrarle e versare la pastella precedentemente preparata facendola allargare per tutta la teglia. Cuocere in forno per circa dieci minuti, quindi aprire leggermente per far uscire il vapore e cuocere per altri cinque minuti sempre a 250 gradi. Accendere il grill e far dorare la superficie della farinata nelle due teglie.

Servire nei piatti con della carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso, quindi mangiare bella calda. Buona farinata e buon week end a tutte e tutti!!!