

Tortini pane carasau zucchine e alici

Oggi ricetta sfiziosa: Tortini di pane carasau con
zucchine e alici.

Ingredienti

- 4 dischi di pane Carasau
- 1 zuccina media
- 12 alici sfilettate
- olio evo
- 1 spicchio di aglio
- pepe
- qualche goccia di colatura alici (o sale)
- [peperoncino](#) (a piacimento)



La prima cosa da fare, per realizzare il mio Tortini di pane carasau, zucchine e alici, è pulire e sfilettare le alici. Passo poi alla zuccina, che lavo e taglio a julienne.

In una padella verso l'olio, l'aglio e la zuccina, faccio andare qualche minuto, verso fine cottura aggiungo anche i filetti di alici e qualche goccia di colatura di alici. Non faccio cuocere troppo tutto, lascio le zucchine croccanti e anche i filetti li salto per un paio di minuti massimo. Spengo e metto da parte.

Passo quindi ai dischi di pane carasau, li inumidisco sotto l'acqua e aspetto qualche minuto, finchè non diventino morbidi.

Ungo 4 stampini di alluminio monoporzione e li foderò con le fette di pane carasau, ormai morbido e modellabile. Riempio quindi le coppette con le zucchine ed il pesce e richiudo la parte superiore, non sono precisa, mi piace che qualche pezzetto di pane spunti fuori dagli stampini

Passo un filo d'olio sulla superficie dei cestini ed inforno per circa 15 minuti, facendo attenzione che non si colorino troppo.

Sforno e dopo qualche minuto tolgo i tortini dagli stampini, io li ho serviti, per un buffet, senza salse in accompagnamento, ma ci starebbe bene una salsina verde o allo yogurt o magari una grattugiata di bottarga in superficie! □



Spaghetti pomodori secchi e colatura di alici

Oggi vi propongo una ricetta dai sapori del Sud:



Spaghetti pomodori secchi e colatura di alici!

E' un po' che sento parlare di "Colatura di alici",

famosa quella di Cetara e anche presidio Slow Food ma se ne produce di buona anche in Calabria e Sicilia, e quindi ho deciso di assaggiarla.

Comprata la mia preziosa boccettina l'assaggio: ha un sapore deciso di mare ed è molto sapida, infatti viene anche usata come condimento al posto del sale.

Ecco la ricetta che la vede protagonista:

Ingredienti

- 160 gr di spaghetti
- 3 cucchiari di colatura di alici
- 5-6 pomodori secchi
- 2 spicchi d'aglio
- peperoncino
- prezzemolo
- olio evo
- pangrattato tostato

Preparazione:

Ok, all'opera, iniziamo a preparare questi Spaghetti con pomodori secchi e colatura di alici.

Per prima cosa metto a bollire l'acqua per gli spaghetti e mentre questi si cucinano, in una padella calda faccio rosolare l'aglio nell'olio ed il peperoncino. A fuoco spento aggiungo i pomodori secchi tagliati a pezzetti, (qui volendo si potrebbe aggiungere anche qualche capperone, io non l'avevo ;P)

Scolo gli spaghetti bene al dente e li tuffo nella padella con tutti gli ingredienti e li faccio saltare bagnando con qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta e finalmente la mia colatura di alici.

Quando è tutto ben amalgamato ed insaporito spengo il fuoco e servo con una spolverata di prezzemolo tritato e del pangrattato che ho passato in padella con un filo

d'olio.

P.S. il piatto dell'[As Roma](#) è per far contento mio marito... ;D



Crispelle calabresi



Le crispelle calabresi sono delle frittelle di pasta lievitata. Sono diffuse in tutta la regione e a seconda delle zone ha nomi diversi. Tradizionalmente dalle mie parti, nell'alto tirreno cosentino, si usa prepararle per la festa di Santa Lucia, quindi il 13 Dicembre o

comunque nel periodo natalizio, ma ovviamente ogni scusa è buona per gustarle... Ne esistono 2 varianti: una con l'impasto di patate (cuddurieddri cosentini solitamente dalla forma a ciambella) ed una senza, dalla forma a bastoncino ritorto.

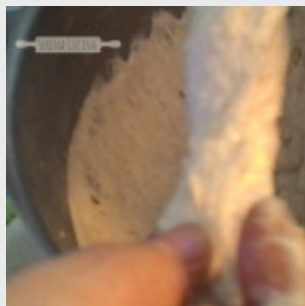
Solitamente sono farciti con dei filetti di alici, oppure un pezzetto di baccalà spugnato... io fino le preferisco semplici senza alcuna farcitura...

vi racconto come le ho preparate:

Ingredienti:

- 200 g di farina 00
- 50 g di semola rimacinata
- 180 ml di acqua
- 6 g di lievito di birra
- filetti di alici [filetti di acciuga sottolio](#)
- 3 g di sale
- olio per friggere, io girasoli

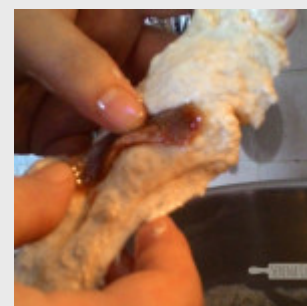
Procedimento:



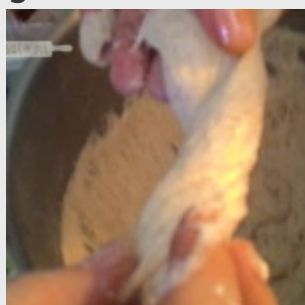
Primo passaggio setacciare le farine, io uso aggiungere alla farina 00 anche 50 gr di semola rimacinata per avere un fritto più croccante ma volendo si può usare anche solo 250 gr di 00.

Sciolgo poi il lievito in un po' di acqua. In una ciotola abbastanza grande unisco la farina, l'acqua tiepida ed il lievito sciolto, impasto un po' e per ultimo il sale.

Impasto bene, il composto è abbastanza morbido, fino a che sia tutto omogeneo e lo lascio riposare in forno con la luce accesa per circa 2 ore, o fino al raddoppio.

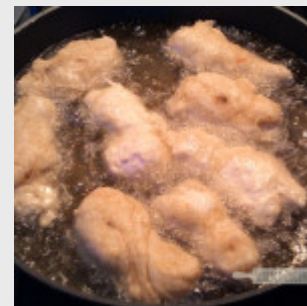


Lievitata la pasta, metto a scaldare sul fuoco una padella con molto olio, poi ungendomi bene le mani prelevo un po' di impasto, al centro inserisco un filetto di acciuga e richiudo su stesso l'impasto girandolo ed allungandolo formando un bastoncino ritorto e lo tuffo delicatamente nell'olio bollente.



Continuo così fino a finire tutto l'impasto. Friggo poche crispelle alla volta in modo da farle dorare uniformemente, le sollevo dalla padella con

una schiumarola, e le pascio in un piatto rivestito di carta assorbente per asciugare l'olio in eccesso.



E se riesco a salvarne qualcuna, mentre friggo, dalle grinfie degli avventori... e dalle mie, le servo caldissime... ☐

Sono davvero buone!

