



Panelle (Sicilia) - [Visualizza sul sito](#)
di Cristina

antipasti - farina di ceci - piatto unico - contorno - Sicilia

500 g. di farina di ceci
1,5 lt. di acqua
sale, pepe, prezzemolo.

Porre sul fuoco acqua e farina, eliminando bene tutti i grumi; mescolare sempre.
A cottura ultimata aggiungere il prezzemolo, regolare di sale e pepe.

Senza mai smettere di rimescolare, spalmare sotto piatti in ceramica dal bordino rialzato (in mancanza delle apposite formine in legno) piccoli quantitativi, lisciare la superficie.
Lasciare raffreddare, staccare dal piatto-formella (sarà un composto tondo, piatto e liscio) e friggere in abbondante olio di semi.

Imbottire i panini condendo, se piace, con gocce di limone.

Le panelle fritte si usano anche come antipasti sfiziosi: in questo caso non sono accompagnate dal pane.

