

Panelle e croché



- Farina di ceci
- Patate
- Prezzemolo
- Sale marino
- Pepe
- Olio per frittura

Il piatto in questione necessita di uno speciale perché riesce a combinare pochi e poveri ingredienti in qualcosa di maestoso. Se passate per qualche strada del centro di Palermo fermatevi a mangiare pane e panelle (croché magari no che potrebbero contenere il parmigiano) in una qualche friggitoria vecchio stampo che ancora sopravvive, con padellone in mezzo alla strada o quasi. Estasi mistica assicurata. Dal giorno che è successa a me tale esperienza extra sensoriale non sono stato più lo stesso. Va da se che questo piatto ho cominciato a farmelo in casa, sovente presentandolo ad un manipolo di buone forchette presenti al mio desco. Con risultati entusiastici. Studiatevi la proporzione tra farina di ceci ed acqua che con molta probabilità recherà la confezione stessa e mettete l'acqua a scaldare con un pizzico generoso di sale. Quando inizierà a bollire, versate a pioggia la farina di ceci e con l'aiuto di una frusta mescolate bene in composto. Si formerà gradualmente una polenta prima fluida e poi dura. Passate dalla frusta a qualche utensile da cucina di legno. Non perdetevi di vista mai il composto che, se lasciato solo, si attaccherà o brucerà irrimediabilmente. Più che difficoltà, quella delle panelle è "noia". Perché il vero impegno sta nel girare il composto per almeno mezzora. A qualche minuto dal fine cottura aggiungere una generosa manciata di prezzemolo tritato molto finemente ed una macinata di pepe. La ricetta originale necessita di semi di finocchietto selvatico. Passata la mezzora di vigilanza e mescolatura, spegnete il fuoco, lasciate riposare un paio di minuti e quindi versate il composto ormai abbastanza denso e corposo su un piano (piatto grosso, tagliere, teglia da forno) bagnato leggermente d'acqua. Con l'aiuto di un cucchiaino livellatelo omogeneamente, fino ad avere uno spessore non eccessivo, di mezzo centimetro circa. Lasciate raffreddare almeno 15-20 minuti. Tagliate quindi in rettangoli / rombi irregolari e friggere in olio caldissimo per qualche minuto. Le croché, dette anche "cazzilli" sono compagni inseparabili delle panelle. Anche qui c'è poca elucubrazione gastronomica, inversamente proporzionale al risultato. Bollire in acqua salata le patate pulite fino a che non saranno morbide. Passarle allo schiacciapatate; aggiungere il solito prezzemolo tagliato finemente. Formare dei cilindri arrotondati alle estremità e friggerle in olio caldo fino a doratura. Solitamente panelle e croché finiscono dentro un panino palermitano chiamato

"mafalda"; ma visto che siamo a casa io le ho sempre rifilate agli ospiti come antipasto.

Tratto da: [VeganRiot](#)