

# ANTI PASTI





Agura Helwa

suwat tair u baking powder  
3 euriq margerine  
3 euriq zokkor  
isfa tal - bayda  
u ftit qtar tal vanilla

Kallat 1 tair u baking powder suw.  
u kallathom mal margerine  
unbad itfa 3 zokkor u wara l-isfa  
tal - bayda wara li thawwat ft-athom  
itfa l-qtar tal - vanilla.

fehke tara li l-agina giet lsa  
zid - ftit Kalib tal - guern.

# Panzerotto

di Ilaria Labbate

**Ingredienti (Circa 20 panzerotti)**

- 1) **570 gr di acqua**
- 2) **1Kg di farina doppio zero**
- 3) **1 cubetto di lievito fresco**
- 4) **15gr di olio extravergine di oliva**
- 5) **20 gr di sale grosso**
- 6) **10 gr di zucchero**
- 7) **500 gr di mozzarella**
- 8) **200 ml di salsa di pomodoro**
- 9) **sale e origano q. b.**
- 10) **olio di oliva**



## **Procedimento**

### **Impasto:**

- 1) Versare la farina in un recipiente.**
- 2) Aggiungere lo zucchero, un pizzico di sale e il lievito sciolto in precedenza in acqua tiepida.**
- 3) Iniziare a impastare versando l'acqua a poco a poco e formare con le mani un impasto senza grumi.**
- 4) Aggiungere un filo d'olio, trasferire l'impasto su una spianatoia e lavorarlo ancora un po'.**
- 5) Ricavare una ventina di palline e lasciarle lievitare per circa 2 ore in un ambiente coperto e poco illuminato.**

### **Ripieno:**

- 1) Tagliare a dadini la mozzarella e unirla alla salsa di pomodoro.**
- 2) Aggiungere sale e origano quanto basta.**
- 3) Quando le palline saranno lievitate, dare forma ai panzerotti.**
- 4) Stendere ciascuna pallina con il mattarello fino a ottenere una sfoglia non troppo spessa.**
- 5) Versare su ciascuna sfoglia il ripieno e ripiegarla a mezzaluna.**
- 6) Chiudere con una forchetta i bordi per evitare che la farcitura fuoriesca durante la cottura.**
- 7) Friggere i panzerotti in abbondante olio o, in alternativa, infornarli a 220 gradi per 20 minuti.**

# Frittelle

di Gabriele Di Giovanni

## Ingredienti

- 1) 500 gr di farina
- 2) 200 gr di acqua a temperatura ambiente
- 3) 100 gr di latte
- 4) 1 lievito di birra
- 5) 20 gr d'olio
- 6) 10 gr di zucchero
- 7) 10 gr di sale

## Procedimento

- 1) Versare su una spianatoia la farina creando un buco nel centro nel quale mettere lievito di birra, lo zucchero, il latte, l'olio e cominciare a lavorare il tutto.
- 2) Aggiungere gradualmente l'acqua a temperatura ambiente e il sale e continuare a impastare fino a quando si otterrà un panetto ben liscio.
- 3) Lasciare riposare il panetto per un paio di ore in forno spento fino a quando non avrà raddoppiato il suo volume.
- 4) Successivamente prendere l'impasto ormai lievitato e creare delle piccole palline che poi verranno schiacciate con un mattarello, formare un piccolo disco di pasta e posizionare al centro dello stesso le varie farce, richiudere la pasta formando una mezza luna, sigillare bene i bordi e procedere con la friggitura.



# PASTI

