



GRISPEDDRI

Per fare delle ottime crespelle calabresi l'ingrediente principale è l'impasto che deve essere abbastanza morbido, e l'olio di prima qualità.

Le crespelle è uno sfizioso cibo da strada, a base di pasta per il pane fritto. Sono molto diffuse soprattutto in Calabria e Sicilia. Le crespelle si possono servire come un antipasto sfizioso, oppure per un buffet accompagnate con degli affettati, ma sono

ottime anche mangiate da sole, con miele, o zucchero, nel periodo natalizio. Le crespelle possono essere preparate anche con un ripieno tipo frittelline con delle acciughe sott'olio.

Ingredienti:

Pasta da pane già lievitata
olio extra vergine di oliva per friggere

Preparazione: Ma ora passiamo alla ricetta vera e propria, Dopo aver acquistato l'impasto da pane già lievitato oppure preparatelo voi con il lievito madre, farina di grano duro, ponete l'impasto in una ciotola poi dopo la lievitazione ammorbiditelo con un pò di acqua tiepida, facendo in modo che venga assorbita completamente. Coprite l'impasto con un strofinaccio pulito, e ponetelo a lievitare di nuovo in ambiente tiepido e privo di correnti d'aria per almeno due ore, o fino a che l'impasto sarà ben lievitato.

Appena lievitato, e versateli tutto intorno un pò di olio d'oliva, ungendero con le mani tutto l'impasto senza impastare. Trascorso il tempo dovuto scaldate, in un tegame dai bordi alti, dell'olio di oliva portandolo a 180°, quindi, con le mani unte di olio, prelevate dalla ciotola dei pezzetti di composto formando degli anelli, tipo ciambella grande allargando sempre di più con le dita il foro centrale.

Friggete gli anelli di pasta fino a che diverranno dorati e croccanti fuori e morbidi dentro, quindi poneteli su carta assorbente per fargli perdere l'olio in eccesso. Servite le crespelle ben calde. Con zucchero o miele se volete.

Se volete fare con l'impasto delle frittelline con il ripieno di acciughe, è consigliabile farlo verso la fine e cioè quando avrete finito di fare le crespelle altrimenti l'olio si impregna dell'odore delle acciughe e ne pregiudica il sapore naturale delle crespelle.

Ingredienti esempio

	600 gr Farina 0
	400 gr Acqua
	18 gr Sale
	10 gr Lievito di birra fresco
	Alici Salate
	Zucchero Semolato

Impasto

Nella ciotola dell'impastatrice versiamo l'acqua e vi sciogliamo il lievito
Aggiungiamo la farina ed impastiamo con la planetaria usando la frusta K anche chiamata "Foglia"

Aggiungiamo il sale dopo un paio di minuti dall'inizio dell'impasto.

Lievitazione

Rovesciamo l'impasto in una capiente ciotola e copriamo con la pellicola o con coperchio

Poniamo a lievitare nel forno spento con la luce accesa per 4 ore.

(deve diventare molto gonfio e colloso)

Cottura

Mettiamo a scaldare una padella con dell'olio di semi d'arachidi e lo portiamo alla temperatura di 170° - 180°

Aiutandoci con due cucchiaini unti d'olio preleviamo piccole porzioni d'impasto e li tuffiamo nell'olio

Rigirando continuamente finchè non diventano dorate.

Una volta cotte possiamo cospargerle con lo zucchero semolato

A piacere, come variante, possiamo inserire un filetto d'alici nella pastella e poi friggerlo.