

# FRITTELLE & CO.

CHIARA PALLOTTI  
Fotografie di Silvia Luppi



PICCOLI SPUNTINI



Guido Tommase Editore  
dal 1999

# Sommario

Introduzione..... 4

## **Frittelle salate**

Frittelle di formaggi filanti ..... 6

Polpette di pane ..... 8

Bombe fritte con prosciutto e fontina ..... 10

Crocchette di pollo, spinaci & pancetta  
croccante ..... 12

Frittelle di spaghetti ..... 14

Palline di zucchine & pecorino alla menta .... 16

Polpette di mare al limone e zenzero ..... 18

Polpette di melanzane ..... 20

Bocconcini “in carrozza” ..... 22

Frittelle di polenta & taleggio ..... 24

Palline di zucca e grano saraceno ..... 26

Sciatt valtelinesi ..... 28

Polpette “tutteverdure” ..... 30

Bombolotti alle erbe ..... 32

Pittule pugliesi ..... 34

Crocchette di patate ripiene ..... 36

Fritto misto..... 38

Polpette di mozzarella ..... 40

## **Frittelle dolci**

Palline ai mirtilli ..... 42

Bombolotti alle mele ..... 44

Bomboloni alla crema ..... 46

Strauben tirolesi ..... 48

Castagnole ..... 50

Tortelli allo zabaione..... 52

Frittelle di semolino e albicocche secche ..... 54

Frittelle di riso agli agrumi ..... 56

Frittelle di banana, cocco  
e cioccolato fondente ..... 58

Crostoli alla panna..... 60

Frittelle al mascarpone e frutta secca ..... 62

Biglie fritte con cranberries ..... 64

ringraziamenti..... 68



# Introduzione

Piccole e tonde, oppure grandi e ovoidali. Con lo zucchero che resta attaccato agli angoli della bocca o i cristalli di sale sulla punta delle dita.

Le frittelle, una sola parola per racchiudere un infinito universo di ricordi, di pomeriggi alle giostre, ruote panoramiche altissime e corse scalmanate tra le bancarelle per arrivare proprio lì, a quella che vendeva fragranti dischi fritti, caldissimi e dolcissimi, nei quali affondare la faccia tra le risate.

Credo fermamente che davanti a una frittella calda appena fatta nessuno riesca a dire di no: è una carezza che riesce a strappare un sorriso soddisfatto

in qualsiasi circostanza, un inno alla gioia e alla convivialità, un must  
immancabile in ogni momento di festa ma perfetto anche per serate informali e  
spuntini veloci.

Questo libro è stato realizzato tra le risate e piccoli furti di frittelle appena  
scolate: il suo destino è regalare allegria a tutti coloro che ne sfoglieranno le  
pagine, desiderosi di trovare la ricetta perfetta per ogni occasione. Un mondo  
da esplorare e da condividere, in cui immergersi per lasciarsi trascinare in una  
danza sfrenata tra una frittella e l'altra.

# Frittelle di formaggi filanti

Uno... due... tre. Ecco, il tempo di contare fino a tre e saranno finite. Il loro segreto? È un segreto, ma certamente non ne avanzerà nemmeno una!

## Per 4 persone

35 g di parmigiano  
50 g di provola  
50 g di fontina  
50 g di scamorza  
1 uovo  
100 g di farina  
150 ml di latte  
1 cucchiaino di lievito per torte  
salate  
sale e pepe  
1 ciuffo di prezzemolo  
4 rametti di timo  
olio di semi di arachidi  
per friggere

**1.** Grattugiate tutti i formaggi: il parmigiano, la provola, la fontina e la scamorza e metteteli in una terrina con l'uovo sbattuto, la farina, il latte, il lievito, il sale, il pepe e un trito di prezzemolo e timo. Amalgamate bene fino a ottenere un impasto morbido ma non molle.

**2.** Con due cucchiari prelevate delle piccole porzioni di impasto e modellandole a quenelle tuffatele in abbondante olio bollente: fate dorare su tutti i lati, scolate, tamponate dall'unto in eccesso e servite subito.

*Just a reminder to*  
**GO FOR IT!**



*There's*



# Polpette di melanzane

Un omaggio alle mie radici, alla costiera sorrentina, alle zie adorato e a quei profumi che non trovano parole ma solo emozioni.

## Per 4-6 persone

3 melanzane grandi  
olio extravergine d'oliva  
sale e pepe  
1 spicchio d'aglio  
150 g di pomodorini pachino  
o datterini  
una manciata generosa di basilico  
3 fette di pane in cassetta  
1 uovo  
40 g di parmigiano  
30 g di pinoli  
pangrattato  
olio d'oliva per friggere

**1.** Lavate accuratamente le melanzane, privatele del picciolo e tagliatele a dadini più o meno delle stesse dimensioni. Scaldate una padella antiaderente grande, versateci un filo di olio extravergine d'oliva e unite le melanzane: salate e cuocetele a fiamma media, con il coperchio. A fine cottura le melanzane devono risultare morbide ma asciutte; se così non fosse togliete il coperchio e continuate a cuocere facendo evaporare il liquido in eccesso, altrimenti l'impasto risulterà troppo molle. Fate raffreddare.

**2.** In un altro padellino antiaderente fate rosolare lo spicchio d'aglio con un filo di olio extravergine d'oliva: aggiungete quindi i pomodorini tagliati a pezzetti e qualche foglia di basilico, salate e cuocete per circa 10 minuti a fiamma vivace. Frullate nel mixer il pane in cassetta privato della crosta con l'uovo e il basilico rimasto e aggiungete il composto alle melanzane: incorporate quindi anche i pomodori spadellati (eliminando l'aglio), il parmigiano grattugiato, i pinoli, sale e pepe. Amalgamate con cura e, se il composto risultasse troppo molle, aggiungete anche qualche cucchiaino di pangrattato per rassolarlo.

**3.** Con le mani bagnate prelevate delle porzioni di impasto e fatele rotolare nel pangrattato formando delle polpette schiacciate: friggetele in una padella a bordi alti in abbondante olio d'oliva ben caldo, rigiratele a metà cottura e tamponatele dall'unto in eccesso prima di servirle ben calde!



# Frittelle di riso agli agrumi

Questi bocconcini di riso sono stati “stregati” dall’arancia e dal limone: impossibile sottrarsi alla malia del loro morbido profumo.

## Per 4-6 persone

1 litro di latte  
sale  
50 g di burro  
50 g di zucchero  
1 arancia  
200 g di riso  
2 uova  
1 cucchiaino raso di lievito  
vanigliato  
100 g di farina  
2 cucchiaini di liquore Strega  
la scorza di 1 limone  
olio di semi di arachidi per friggere  
sciroppo d’acero, per servire

**1.** Portate a bollore il latte con un pizzico di sale, il burro, lo zucchero e la scorza di mezza arancia. Versate il riso e fate cuocere completamente, finché avrà assorbito tutto il liquido. Fate raffreddare.

**2.** A questo punto aggiungete i tuorli, il lievito, la farina, il liquore Strega, la scorza grattugiata di mezza arancia, quella del limone e infine gli albumi montati a neve ben ferma.

**3.** Portate l’olio a 170°C circa e, con due cucchiaini, prelevate delle porzioni di impasto e tuffatele nella pentola: fate dorare su tutti i lati, scolatele su carta assorbente e servite accompagnandole con sciroppo d’acero.



# PICCOLI SPUNTINI



Guido Tommasi Editore  
dal 1999

[www.guidotommasi.it](http://www.guidotommasi.it)

Davanti a una bella frittella fumante (o anche più d'una, giusto per andare sul sicuro...) non c'è broncio che tenga! Le frittelle, che siano dolci oppure salate, mettono sempre tutti d'accordo e fanno tornare il sorriso anche sulle labbra più ostinate. Basta mordere una di queste meraviglie e... puf! In men che non si dica vi sembrerà di essere tornati bambini.



12,50 €

IVA inclusa

ISBN: 978 88 67530 304



9 788867 530304