

# Crispelle calabresi



Le crispelle calabresi sono delle frittelle di pasta lievitata. Sono diffuse in tutta la regione e a seconda delle zone ha nomi diversi. Tradizionalmente dalle mie parti, nell'alto tirreno cosentino, si usa prepararle per la festa di Santa Lucia, quindi il 13 Dicembre o

comunque nel periodo natalizio, ma ovviamente ogni scusa è buona per gustarle... Ne esistono 2 varianti: una con l'impasto di patate (cuddurieddri cosentini solitamente dalla forma a ciambella) ed una senza, dalla forma a bastoncino ritorto.

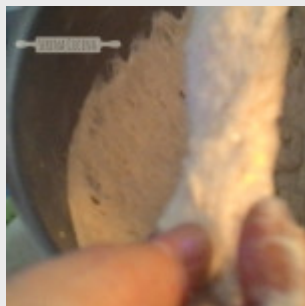
Solitamente sono farciti con dei filetti di alici, oppure un pezzetto di baccalà spugnato... io fino le preferisco semplici senza alcuna farcitura...

vi racconto come le ho preparate:

## Ingredienti:

- 200 g di farina 00
- 50 g di semola rimacinata
- 180 ml di acqua
- 6 g di lievito di birra
- filetti di alici filetti di acciuga sottolio
- 3 g di sale
- olio per friggere, io girasoli

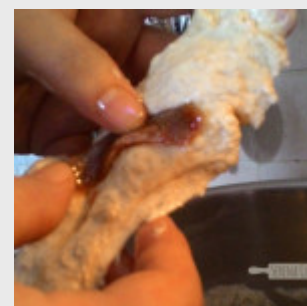
## Procedimento:



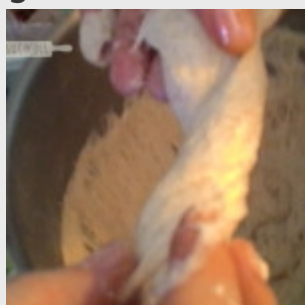
Primo passaggio setacciare le farine, io uso aggiungere alla farina 00 anche 50 gr di semola rimacinata per avere un fritto più croccante ma volendo si può usare anche solo 250 gr di 00.

Sciolgo poi il lievito in un po' di acqua. In una ciotola abbastanza grande unisco la farina, l'acqua tiepida ed il lievito sciolto, impasto un po' e per ultimo il sale.

Impasto bene, il composto è abbastanza morbido, fino a che sia tutto omogeneo e lo lascio riposare in forno con la luce accesa per circa 2 ore, o fino al raddoppio.

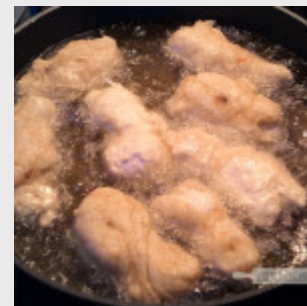


Lievitata la pasta, metto a scaldare sul fuoco una padella con molto olio, poi ungendomi bene le mani prelevo un po' di impasto, al centro inserisco un filetto di acciuga e richiudo su stesso l'impasto girandolo ed allungandolo formando un bastoncino ritorto e lo tuffo delicatamente nell'olio bollente.



Continuo così fino a finire tutto l'impasto. Friggo poche crispelle alla volta in modo da farle dorare uniformemente, le sollevo dalla padella con

una schiumarola, e le pascio in un piatto rivestito di carta assorbente per asciugare l'olio in eccesso.



E se riesco a salvarne qualcuna, mentre friggo, dalle grinfie degli avventori... e dalle mie, le servo caldissime... ☐

Sono davvero buone!

