



Ricettario

*Frittura
Perfetta*



I SEGRETI PER UNA FRITTURA PERFETTA?



LA FARINA, L'OLIO E LA COTTURA.

LA FARINA

Una linea esclusiva di prodotti interamente dedicata al mondo delle frittiture dove il mix di farine, sposandosi con carne, pesce o verdure, dona un fritto fatto a regola d'arte:

Crocante, asciutto, leggero e dal profumo inebriante.



L'OLIO

ARACHIDI O EVO?

- Per fritti dal gusto più delicato è ideale l'olio di semi d'arachidi fino a 190° C;
- Per frittture dal gusto deciso il più adatto è l'olio d'oliva fino a 200° C.

TEMPERATURA

- L'olio è pronto quando il fritto risale subito in superficie;
- Se la crosta brucia velocemente, la temperatura dell'olio è alta!

QUANTITÀ

- Friggi sempre in abbondante olio.
- Ricopri totalmente i cibi da friggere per una cottura più omogenea.

SENZA ODORI!

- Porta ad ebollizione un pentolino con due bicchieri di acqua e un limone a fette per eliminare l'odore di fritto.

LA COTTURA

FRIGGITRICE O PADELLA ALTA?

- Se non utilizzi una friggitrice, scegli una padella dai bordi alti e in ferro puro al 99%, si riscalda in modo uniforme, velocemente e mantiene la temperatura.

QUANTITÀ

- Friggere pochi pezzi di cibo per volta per evitare che i pezzi si attacchino tra di loro e abbassino la temperatura dell'olio.

MOLTE PORZIONI?

- Porta il cibo a metà cottura e finisci poco per volta prima di servire.

IL SALE

- Aggiungi solo a cottura ultimata e dopo aver scolato il fritto. Manterrai maggiormente la croccantezza.



POLPETTE DI CARNE



COTTURA



3'

PADELLA



2'

FRIGGITRICE



10'

FRIGGITRICE
AD ARIA



15'

FORNO

INGREDIENTI: 200 g di **Gratinatura Croccante Le Farine Magiche**, 400 g di carne macinata, 2 uova medie, 5 cucchiaini di parmigiano, 3 fette di pane, latte intero q.b., rosmarino, sale, olio di arachidi.

PREPARAZIONE

- 1 • Elimina la crosta di pane dalle fette e metti in ammollo nel latte per 5 min;
- 2 • Versa in una ciotola la carne macinata, il pane strizzato, il rosmarino, le uova, il parmigiano e il sale. Impasta con le mani, otterrai un impasto compatto e morbido;
- 3 • Realizza delle polpette, da circa 3 cm, rotolando un pezzo di impasto tra i palmi delle mani;
- 4 • Rotola le polpette nella gratinatura croccante.
- 5 • Cuoci scegliendo il tuo metodo preferito. Prima di servire controlla che la cottura sia ultimata.

ZEPPOLE CON OLIVE AL PROFUMO DI AGRUMI



COTTURA



2'

PADELLA



1'

FRIGGITRICE

INGREDIENTI: 200 g di **Farina per Fritture Le Farine Magiche**, 4 g di Lievito di birra Decori, 150 g di acqua naturale, 15 olive nere denocciolate, Sale q.b., Pepe q.b., Scarola riccia q.b., 1 cucchiaino di olio Evo, 1 arancia non trattata.

PREPARAZIONE

- 1 • Versa e mescola in una ciotola il lievito con l'acqua tiepida e unisci alla farina. Otterrai un composto omogeneo e appiccicoso;
- 2 • Aggiungi, aiutandoti con una frusta, l'olio, le olive e il sale;
- 3 • Copri l'impasto con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo tiepido per 2 ore e mezza;
- 4 • Riscalda la friggitrice o una padella dai bordi alti con abbondante olio di arachidi. Prendi con un cucchiaino l'impasto e lascialo scivolare nell'olio caldo aiutandoti con un altro cucchiaino.
- 5 • Cuoci in padella o in friggitrice fino a doratura e impiatta su foglio di scarola e arancia.

FRITTO **MISTO ALL'ITALIANA**



COTTURA



4'

PADELLA



3'

FRIGGITRICE

INGREDIENTI: 250 g di **Farina Fritture di Pesce Le Farine Magiche**, 15 gamberetti rossi, 15 acciughe (alici), 5 triglie, 5 merluzzetti, 400 g di calamari, sale q.b., olio di semi di arachidi.

PREPARAZIONE

- 1 • Metti il pesce pulito e asciugato in freezer 5 min prima della cottura;
- 2 • Togli dal freezer e immergilo nella farina;
- 3 • Elimina la farina in eccesso e cala pochi pezzi per volta in padella on friggitrice con abbondante olio caldo.
- 4 • Cuoci per 3- 4 minuti, sino a doratura.

ZUCCHINE *IN PASTELLA*



COTTURA



2'

PADELLA



2'

FRIGGITRICE



20'

FORNO



INGREDIENTI: 250 g di **Farina per Pastella Le Farine Magiche**, 500 g di zucchini, 400 g di acqua naturale, sale q.b., olio di semi di arachidi.

PREPARAZIONE

- 1 • Lava, spunta e taglia a bastoncini le zucchini;
- 2 • Versa e mescola in una ciotola la farina, l'acqua e il sale. Otterrai un impasto filante;
- 3 • Immergi i bastoncini di zucchini all'interno della pastella e frigi delle piccole quantità;
- 4 • Cuoci in padella o in friggitrice per un paio di minuti fino a doratura.
- 5 • Per in risultato più leggero cuoci in forno a 200°C per 20 min.

PIZZE **FRITTE INTEGRALI**



COTTURA



7'

PADELLA



7'

FRIGGITRICE

INGREDIENTI: 300 g di **Farina Fritture Integrali Le Farine Magiche**, 170 ml di acqua, 6 g di sale, 100 g di mortadella, 150 g di ricotta, Granella di pistacchio q.b., olio di semi di arachidi.

PREPARAZIONE

- 1 • Disponi in una terrina la farina a fontana, aggiungi il sale e l'acqua. Otterrai un panetto omogeneo;
- 2 • Dividi l'impasto in 8 palline, stendi leggermente e applica un taglio al centro di ogni pizzetta;
- 3 • Immergi in olio bollente e lascia cuocere fino a doratura;
- 4 • Adagia su un piatto con carta assorbente, farcisci con mortadella e ricotta;
- 5 • Cospargi di granella di pistacchi.

TEMPURA



COTTURA



2'

PADELLA



1'

FRIGGITRICE

INGREDIENTI: 180 g di **Farina per Fritture Giapponesi Le Farine Magiche**, 16 code di gambero, 2 zucchine, 2 carote, 2 patate, sale qb, olio di semi di arachidi, 1 vassoio di cubetti di ghiaccio, 300 g di acqua gassata fredda.

PREPARAZIONE

- 1 • Taglia a fettine le verdure e pulisci le code di gambero. Metti tutto in freezer;
- 2 • Poni in una ciotola i cubetti di ghiaccio. Versa e mescola in una ciotola più piccola la farina e l'acqua gassata e appoggiala con il fondo nella ciotola più grande sul ghiaccio. Otterrai un impasto grumoso;
- 3 • Togli i prodotti da friggere dal freezer e intingili nella pastella ottenuta. Lascia scivolare la parte in eccesso;
- 4 • Immergi nell'olio bollente pochi pezzi per volta e cuoci per 1-2 minuti. Per ottenere la "fioritura" prendi, durante la cottura, con un cucchiaino un po' di pastella e lasciala cadere sui pesci e sulle verdure;
- 5 • Rimuovi la frittura dall'olio e trasferisci su carta assorbente. La pastella deve essere bianca, non deve colorarsi.

CHURROS



COTTURA



4'

PADELLA



3'

FRIGGITRICE



INGREDIENTI: 500 g di **Farina Dolci Fritture Le Farine Magiche**, 1 bustina di lievito Il Classico Vanigliato Decorì, 500 ml di acqua, 2 cucchiaini di olio Evo, 2 cucchiaini di sale, 1 lt di olio di arachidi, Zucchero a velo Decorì.

PREPARAZIONE

- 1 • Versa e mescola in un pentolino l'acqua, l'olio, il sale e il lievito. Porta a ebollizione;
- 2 • Versa in una terrina la farina e aggiungi il liquido ancora caldo. Otterrai un impasto molto sodo;
- 3 • Riempi una sac à poche, con beccuccio a stella, con l'impasto;
- 4 • Riscalda l'olio e, quando sarà bollente, crea dei bastoncini da 15/20cm. Lascia cuocere sino a doratura;
- 5 • Adagia i churros su un piatto con carta assorbente e spolverizza con zucchero a velo.

COTOLETTA ALLA MILANESE



COTTURA



2'

PADELLA



2'

FRIGGITRICE



20'

FORNO



INGREDIENTI: 150 g di **Pangrattato per Cotoletta Perfetta Le Farine Magiche**, 1 costoletta di vitello, 1 uovo, Sale q.b.

PREPARAZIONE

- 1 • Rompi l'uovo, versalo in un piatto e mescola;
- 2 • Versa in un piatto piano il pangrattato.
- 3 • Immergi la carne nell'uovo, lascia scivolare la parte in eccesso, e poni nella gratinatura per entrambi i lati;
- 4 • Cuoci scegliendo il tuo metodo preferito. Prima di servire controlla che la cottura sia ultimata.
- 5 • Adagia la cotoletta su un piatto con carta assorbente;
- 6 • Aggiungi il sale.



IPAFOOD SRL, C.da Taverna Annibale,
Area PIP, Frigento (AV)

servizioclienti@loconte.org | tel.: 0825 876121

Seguici su:

