

Questa preparazione occupa un posto singolare nella cucina piemontese: si tratta di un fritto dolce. Il fritto è una tecnica di cottura che il Monferrato riserva soprattutto al famoso fritto misto, che prevede, appunto, frittelle di mele, ma con una pastella neutra, priva di zucchero. Carnevale fa eccezione. In questo periodo in tutto il mondo si celebra la festa con fritti di vario genere. L'Italia offre una serie quasi infinita di dolci fritti di Carnevale: bugie e farciò in Piemonte, chiacchiere in Lombardia e Piemonte, zepole in Veneto, crostoli in Trentino, cenci in Toscana, frappe in Emilia, zippulas e parafrittus in Sardegna, pignocciata in Sicilia e così via. Si tratta di dolci che si preparano durante le feste di Carnevale, il giorno cioè del "carnem levare" che precede l'inizio della Quaresima, periodo di magro in cui bisogna astenersi dal consumare la carne.

*This dish is somewhat of an exception in Piedmont cuisine: it is a sweet fried food. In the Monferrato area frying is a cooking method reserved for the famous dish fritto misto (mixed fried food), which includes apple fritters, but the batter does not contain sugar. Carnival is the exception. This is when the whole world celebrates with all kinds of fried foods. Italy offers an endless selection of fried Carnival pastries: bugie and farciò in Piedmont, chiacchiere in Lombardy and Piedmont, zepole in Veneto, crostoli in Trentino, cenci in Tuscany, frappe in Emilia, zippulas and parafrittus in Sardinia, pignocciata in Sicily and many more. These sweet pastries are prepared during Carnival celebrations, the eve of "carnem levare" (latin=remove meat) the beginning of the Lent period of fasting when meat is not permitted.*



Auguste Escoffier affermava che friggere è un'arte: infatti, richiede molta attenzione ed alcuni accorgimenti. L'olio deve essere molto caldo per evitare che gli alimenti assorbano il grasso. Occorre evitare di raggiungere temperature di fumo che, oltre a produrre sostanze nocive all'organismo, colorano immediatamente il cibo senza cuocerlo. La giusta temperatura si ha quando si formano bollicine numerose attorno all'ingrediente ma non grandi e tumultuose formando una schiuma a grandi bolle. Impiegate olio d'oliva extravergine o di monosemi ad alta temperatura di fumo (arachide o vinacciolo) ed evitate di riutilizzare più volte lo stesso olio. Mettete pochi ingredienti per volta nella padella per non raffreddare bruscamente la temperatura dell'olio ed estraeteli con un utensile a rete a maglie larghe (ragno); metteteli immediatamente su una carta assorbente da cucina.

Auguste Escoffier said that frying is an art; in fact, it requires a lot of care and a little intuition. The oil should be very hot so that food does not absorb the grease. Do not let the oil overheat and smoke, as well as producing harmful substances; this will brown the food too quickly without cooking it. The correct temperature is reached when numerous small bubbles form around the food, not large frothy bubbles. Use extra virgin olive oil or single-seed, high smoke point oil (peanut or grape seed) and avoid reusing it. Put just a few ingredients in the pan at a time so that the oil temperature does not drop, remove them with a wire-mesh strainer, and place immediately on kitchen paper.

## Frittelle dolci di mele

### Sliced apple fritters



#### INGREDIENTI (per 6 persone)

- 5 mele renette - 150 g di farina
- 2 uova intere - 120 g di zucchero
- 1 limone non trattato
- mezzo bicchiere di vino bianco
- 1 bicchierino di rum
- latte - un pizzico di sale

#### PREPARAZIONE

Grattugiate la scorza del limone e mettetela da parte. Procuratevi delle mele renette mature ma con polpa soda, sbucciatele, togliete il torsolo con l'apposito strumento e tagliatele orizzontalmente a fette spesse circa un centimetro in modo da formare dei dischi forati.

Mettete le rondelle di mela in una conca bagnandole con il succo di mezzo limone, due cucchiaini di zucchero e il vino bianco. Lasciatele macerare per almeno mezz'ora e nel frattempo preparate la pastella. In una terrina mettete la farina, lo zucchero, la scorza di limone, il rum, il pizzico di sale e le uova.

Mescolate bene il composto affinché risulti omogeneo indi versate lentamente il latte sino ad ottenere una pastella della giusta consistenza: immergendo un cucchiaino nella pastella ed estraendolo, la pastella rimane attaccata lasciando cadere inizialmente qualche goccia ma non colando a filo.

Asciugate con cura le fette di mele (importante!), immergetele nella pastella e subito in abbondante olio bollente, lasciate dorare da entrambi i lati, appoggiatele su una carta assorbente, cospargete con zucchero semolato o a velo e servitele caldissime.



- MALVASIA DI CASORZO D'ASTI DOC

#### INGREDIENTS (serves 6)

- 5 rennet apples
- 150 g flour - two whole eggs
- 120 g sugar - 1 un-waxed lemon
- ½ glass white wine
- 1 small glass rum
- milk - a pinch of salt

#### PREPARATION

Grate lemon rind and put aside for later. Make sure the apples are ripe but firm. Peel, remove the middle using a core remover then cut horizontally to obtain discs with a hole in the middle about 1 cm thick.

Put these apple disks into a bowl and sprinkle them with the juice of half a lemon, two tablespoons of sugar and the white wine. Leave to steep for at least half an hour and in the meantime prepare the batter. In a bowl put the flour, sugar, lemon zest, rum, a pinch of salt and the eggs. Mix well until the mixture is smooth then slowly pour in the milk until the batter is the correct consistency. To check the consistency dip a spoon into the batter; it should remain on the spoon then slowly drop off but not run off.

Dry the sliced apples thoroughly (important!), dip into batter then plunge into hot oil straight away, brown on both sides, place on a paper towel, sprinkle with granulated or icing sugar and serve piping hot.

Asciugate con cura le fette di mele (importante!), immergetele nella pastella e subito in abbondante olio bollente, lasciate dorare da entrambi i lati, appoggiatele su una carta assorbente, cospargete con zucchero semolato o a velo e servitele caldissime.



- MOSCATO D'ASTI DOCG

#### CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| NUTRITIONAL INFORMATION PER SERVING |        |
|-------------------------------------|--------|
| Kcal                                |        |
| Kcal                                | 310,4  |
| Carboidrati                         |        |
| Carbs                               | 58,9 g |
| Proteine                            |        |
| Protein                             | 6,4 g  |
| Grassi                              |        |
| Fat                                 | 3,2 g  |