

Frittelle di bianchetti

Pubblicato: 29-05-2014 da: Dietetika



Lista Ingredienti per porzioni

- 300,00 gr Bianchetti (novellame di pesce azzurro: avannotti di acciuga e sardina)
- 5,00 gr (1 spicchio) AGLIO [ALLIUM SATIVUM], fresco
- 150,00 gr (Q.B.) FARINA DI FRUMENTO, TIPO 00
- 50,00 ml (mezzo bicchiere) LATTE DI VACCA, INTERO
- 2,00 gr (mezzo cucchiaino) Lievito per prodotti da forno
- 60,00 gr (6 CUCCHIAI) PARMIGIANO
- 3,00 gr (Q.B.) PEPE NERO [PIPER NIGRUM]
- 30,00 gr (Q.B.) PREZZEMOLO [PETROSELINUM SATIVUM], fresco
- 3,00 gr (Q.B.) SALE da cucina
- 180,00 gr (3 uova) UOVO DI GALLINA, INTERO

Le **frittelle di bianchetti** sono un **antipasto** molto sfizioso e gustoso da servire come prima portata durante un **pranzo** o una **cena** a base di **pesce**. Sono un'ottima **ricetta estiva** poiché oltre a gustarle calde potete mangiarle anche fredde. I **bianchetti**, detti anche **bianchino**, **neonata** o **novellame** sono i piccoli delle **acciughe** o delle **sardine** che vengono utilizzati in cucina per preparare anche primi e secondi piatti, con ricette diverse a seconda dell'area geografica.

Ricetta e preparazione

1. Mettete i bianchetti in una ciotola e lavateli molto con acqua fredda, quindi fateli sgocciolare molto bene. In un contenitore sbattete le uova e poi, sempre mescolando, aggiungete la farina, il latte, il formaggio grattugiato, il prezzemolo tritato, il sale, il pepe, l'aglio schiacciato e infine il lievito in polvere.

2. Dovrete ottenere una pastella densa quindi se l'impasto risulterà troppo liquido aggiungete un po' di farina, in caso contrario, un po' di latte o acqua.
3. Lasciate riposare l'impasto ottenuto per mezz'ora a temperatura ambiente e poi unite i bianchetti ben sgocciolati, mischiando delicatamente con un mestolo di legno.
4. Versate dell'olio per friggere in una padella e, quando sarà ben caldo, prendete l'impasto di bianchetti e versatelo a cucchiaiate nell'olio. Fate dorare le frittelle da ambo i lati e poi mettetele a scolare su della carta assorbente da cucina.

Consigli

Servitele calde o anche fredde.

Cosa sono i bianchetti

Gianchetti o **bianchetti** è il nome che identifica il novellame del pesce azzurro, pescato nel Mar Mediterraneo come le sardine e le acciughe. Di solito si pesca con reti speciali nei primi mesi dell'anno. Per il loro colore e le loro caratteristiche in alcune parti del sud Italia si chiamano "schiuma di mare". Nella cucina ligure i gianchetti si consumano prevalentemente scottati nell'acqua salata e serviti caldi conditi con olio e limone; la versione qui proposta è quella che prevede il confezionamento di frittelle preparate con pastella di uova e farina o in frittate insaporite dal limone (piatto, quest'ultimo, particolarmente popolare nel ponente ligure); si possono anche semplicemente infarinare e friggere.