



Farinata



INGREDIENTI:

Dose per teglia di diametro 25 cm circa

FARINA DI CECI	g 100
Acqua	g 300
Sale	g 5
Olio di oliva	g 50/70



PROCEDIMENTO:

Miscelare la farina di ceci, l'acqua e il sale con la frusta in modo che non si formino grumi. Coprire il composto e lasciarlo riposare in frigorifero almeno 4 ore. Cospargere con l'olio una teglia (meglio se di rame) e versare il composto liquido. Amalgamare il tutto con una forchetta. Infornare a 250°C per circa 25 min. o almeno fino a completa doratura.



CONSIGLI:

Esistono poi tante varianti di farinata, caratterizzata dall'aggiunta di altri ingredienti prima di infornarla; per esempio aghi di rosmarino (soprattutto nel Ponente Ligure), cipolla tritata, carciofi affettati sottilmente e salsiccia sbriciolata.