

Sycylia w 100 smakach

Tradycyjne przepisy
kuchni sycylijskiej

Kinga Gajewska



Sycylia w 100 smakach
Tradycyjne przepisy kuchni sycylijskiej
Kinga Gajewska

Zdjęcia potraw: Kinga Gajewska
Okładka, projekt graficzny, skład i łamanie: Kinga Gajewska, Adriano Corso
Redakcja i korekta: Renata Nowak – Imperium Słowa

COPYRIGHT © Kinga Gajewska, 2020

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci bez pisemnej zgody autora jest zabronione.

www.kingagajatravels.pl

Wydanie I
ISBN: 978-83-958850-0-6

PATÈ DI POMODORI SECCHI

Pasta z suszonych pomidorów

Pasta z suszonych pomidorów to kwintesencja Sycylii i tamtejszego słońca. Idealnie słona i słodka zarazem. Słodycz nadają jej pomidory, a słoność – sól użyta do zakonserwowania tych warzyw.

Świetnie sprawdza się jako pasta do kanapek, grzanek czy krakersów. Można jej użyć również jako bazy do makaronów czy zup warzywnych.

SKŁADNIKI

100 g suszonych pomidorów
garść bazylii
1 ząbek czosnku
oliwa z oliwek



20 MIN



4 OSOBY

PRZYGOTOWANIE

1. W średniej wielkości garnku zagotuj wodę. Wrzuć suszone pomidory i blanszuj je przez około 2–3 minuty, żeby zmiękły. Jeśli używasz pomidorów w oleju, pomiń ten punkt.
2. Odcedź pomidory i wyłóż je na papierowe ręczniki, żeby przeschły.
3. Umyj liście bazylii i osusz je.
4. Wrzuć do blendera pomidory, bazylię oraz czosnek.
5. Dodaj oliwę z oliwek i zblenduj wszystko na gładką masę. Jeśli pasta jest zbyt sucha, dodaj kilka kropel oliwy i wymieszaj.





CROCCHETTE DI PATATE ALLA PALERMITANA

Krokiety ziemniaczane po palermitańsku

Crocchette palermitane (nazywane również crocchè lub cazzilli) to jedno z tradycyjnych street foodowych dań Palermo. Pyszne i chrupiące krokietki ziemniaczane znajdziesz w Palermo na każdym kroku. Podaje się je w miękkiej, sezamowej bułce z placuszkami z ciecierzycy, które na Sycylii nazywane są pannelle (str. 31).

Przygotowanie krokietów ziemniaczanych jest bardzo proste. Wystarczy chwila czasu, żeby przenieść się do głośnego Palermo. Zrób crocchette, pannelle, kup dobrą bułkę posypaną sezamem, włóż do środka kilka krokietów i kilka placzków z ciecierzycy (na bogato, jak na Sycylii) i siedząc wygodnie w swojej własnej kuchni, poczuj się jak na Sycylii.

Crocchette di patate możesz przyrządzić również jako przystawkę (i podać np. z sosem pomidorowym), drugie danie lub po prostu dodatek do mięs. Wybór zależy od Ciebie!

SKŁADNIKI

500 g ziemniaków
2 łyżki startego sera pecorino
1 ząbek czosnku
natka pietruszki
sól, pieprz
1 jajko
mąka
oliwa z oliwek



50 MIN



15 MIN



15 SZT.



PRZYGOTOWANIE

1. Ziemniaki umyj, obierz i zagotuj w dobrze osolonej wodzie.
2. Kiedy będą miękkie, odcedź je i ubij na purée.
3. Dodaj do nich ser pecorino, posiekany czosnek i natkę pietruszki, szczyptę soli, pieprz oraz jajko. Wymieszaj wszystko na gładką masę.
4. Z powstałej masy uformuj pałeczki o długości 5 cm i grubości palca.
5. Obtocz je w mące i smaż na gorącym oleju.

RADA: Crocchette możesz smażyć na patelni z dużą ilością tłuszczu (zajmuje to trochę więcej czasu) lub w garnku na głębokim oleju.

6. Kiedy crocchette zarumienią się i nabiorą złocistego koloru, wyjmij je i wyłóż na papier kuchenny, żeby odsączyć z nadmiaru tłuszczu.



ARANCINI AL RAGÙ

Ryżowe kulki arancini z sosem mięsnym

Klasyk kuchni sycylijskiej, król street foodu i moja wielka sycylijska miłość – arancino. Ryżowa kulka najczęściej spotykana z mięsnym nadzieniem (al ragù), smażona na głębokim oleju to kwintesencja Sycylii w jednym małym daniu. Coś genialnego! Każdy mój pobyt na Sycylii zaczynam i kończę tym przysmakiem. Nie wyobrażam sobie inaczej.

Historia arancino nie jest taka oczywista. Mimo że ciężko jest znaleźć jakiegokolwiek źródła historyczne mówiące o pochodzeniu ryżowych kulek, dużo osób uważa, że arancino to pozostałość po dominacji arabskiej na wyspie. Faktem jest, że to właśnie Arabowie sprowadzili na wyspę takie produkty jak ryż czy szafran. Podobno mieli oni w zwyczaju jadać nałożony na zgięcie w dłoni ryż z szafranem doprawiony jagnięciną. To właśnie miało dać początek naszemu dzisiejszemu arancino. Użycie panierki w arancino przypisuje się jednak tradycji wywodzącej się z dworu Fryderyka II Hohenstaufa. Podobno był to najlepszy sposób, by zapewnić dobrą konserwację ryżu i nadzienia podczas licznych podróży i wypraw myśliwskich króla. Jak pisał Gambonino da Cremona w XIII wieku w książce Liber de ferulis, Arabowie zwykli nazywać wszystkie swoje klopsiki nazwą owocu, który przypominał konkretne danie. A że Sycylia była bogata w drzewa pomarańczowe, stąd i nazwa – arancino, od włoskiego *arancia* (po polsku „pomarańcza”).

Żeby tego było mało, spór o prawidłową nazwę tej ryżowej kulki toczą zaciekle mieszkańcy Katanii i Palermo. Ci pierwsi uważają, że arancino to arancino – rodzaj męski. Według palermian arancino to arancina, czyli kobieta, rodzaj żeński. A jaka jest prawda? Mimo że oryginalna nazwa wywodząca się z dialektu sycylijskiego to *arancinu* (rodzaj męski) to okazuje się, że obydwie nazwy są prawidłowe, a swój głos w sprawie zabrała nawet Accademia della Crusca, czyli włoski odpowiednik naszej Rady Języka Polskiego.

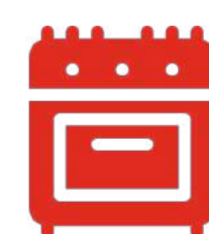
Nieważne czy arancino, czy arancina – liczy się ich smak. A ten jest niezapomniany! Przygotowanie ryżowych kulek nie jest trudne, ale czasochłonne. Pamiętaj, żeby zarezerwować sobie na nie tak z pół dnia. Jeśli wolisz, ryż oraz sos ragù możesz przygotować dzień wcześniej. Dzięki temu zaoszczędzisz sporo czasu i tak naprawdę zostanie Ci tylko formowanie kulki, panierowanie jej i smażenie.

SKŁADNIKI

500 g ryżu
1200 ml wody
1 saszetka szafranu
30 g masła
100 g startego parmezanu
oliwa z oliwek
1 cebula
500 g mięsa mielonego (najlepiej wołowo-wieprzowego)
50 ml czerwonego wina
500 ml passaty pomidorowej
100 g zielonego groszku
sól, pieprz
1 kulka mozzarelli
200 g mąki
300 ml wody
sól
bułka tarta
1 l oleju do smażenia



OK. 3 H



5 MIN



12 SZT.



PRZYGOTOWANIE

Ryż:

1. W dużym garnku doprowadź do wrzenia dobrze osoloną wodę. Wrzuć ryż i gotuj pod przykryciem do całkowitego wchłonięcia wody, od czasu do czasu mieszając. Przykrycie ryżu podczas gotowania sprawi, że będzie się lepiej kleił.
2. W międzyczasie w małej miseczce wymieszaj szafran z odrobiną wody.
3. Kiedy ryż będzie gotowy, dodaj do niego szafran, masło (najlepiej pokroić te 30 g na mniejsze kawałki – masło szybciej się rozpuści) oraz parmezan i wymieszaj wszystko do uzyskania jednolitej, kleistej masy.
4. Przełóż ryż do większego i płaskiego naczynia. Ja wykładam go do niższej części naczynia żaroodpornego, ale równie dobrze można go przełożyć do blaszki do pieczenia. Następnie wyrównaj powierzchnię ryżu, przykryj go folią kuchenną (dzięki temu się nie wysuszy) i odstaw do całkowitego wystudzenia.

Ragù:

1. W większym garnku podsmaż na oliwie z oliwek cebulę pokrojoną w drobną kostkę.
2. Kiedy zmięknie, dodaj mięso mielone i podsmaż je.
3. Następnie wlej czerwone wino i duś, aż odparuje.

RADA: Jeśli nie masz wina, możesz je zastąpić octem winnym. Dodaj wtedy 2 łyżki stołowe octu i poczekaj, aż się zredukuje.

4. Kiedy ilość wina się zmniejszy, dodaj sos pomidorowy oraz sól i pieprz do smaku. Wymieszaj wszystko i gotuj ragù na małym ogniu pod przykryciem, aż zgęstnieje.

RADA: Ragù do faszzerowania arancini nie może być wodniste. Jego konsystencja musi być zwarta i gęsta.

5. Pod koniec gotowania dodaj zielony groszek i wszystko dokładnie wymieszaj.
6. Odstaw ragù do wystudzenia.

Formowanie arancini:

1. Na początek przygotuj sobie miseczkę z wodą, by móc zwilżać ręce, kiedy ryż będzie za bardzo się kleił.
2. Mozzarellę pokrój w kostkę.
3. Weź do ręki porcję ryżu (około 2 łyżki) i uformuj z niego kulkę lub podłużną łódeczkę. Zrób wgłębienie na środku i umieść w nim ragù (łyżka farszu jest optymalna) oraz 2–3 kostki mozzarelli.
4. Nałóż drugą porcję ryżu i zamknij nią arancino.
5. Uformuj kształt stożka albo zostaw w kształcie kulki.

CIEKAWOSTKA: Arancino al ragù w kształcie stożka spotkasz na całej Sycylii z wyjątkiem Palermo. Tam arancino występuje w formie żeńskiej (arancina) i ma okrągły kształt.

Pastella i panierka:

1. Do miski wsyp mąkę, dodaj łyżeczkę soli i powoli wlewaj wodę, cały czas mieszając trzepaczką, żeby nie powstały grudki. Pastella, czyli coś w rodzaju ciasta naleśnikowego, musi mieć lekko wodnistą konsystencję.
2. Do drugiej miski wsyp bułkę tartą.
3. Każde arancino obtocz najpierw w cieście, a następnie w bułce tartej. Arancino musi być dokładnie pokryte z każdej strony pastellą i bułką tartą.

RADA: Opanierowane arancino możesz odstawić na 30 minut przed smażeniem, żeby panierka dobrze zastygła.

Smażenie:

1. Do wysokiego garnka wlej olej i podgrzej go. Ilość oleju zależy od wielkości garnka, ale arancini powinny być całkowicie zanurzone.
2. Gdy tłuszcz będzie rozgrzany, włóż arancini do garnka za pomocą łyżki durszlakowej i smaż do momentu uzyskania złocistej panierki. Smaż maksymalnie 2–3 arancini na raz, aby nie obniżyć za bardzo temperatury oleju.
3. Złote arancini wyłóż na papierowy ręcznik kuchenny, aby odsączyć je z nadmiaru tłuszczu. Gotowe spożywaj na ciepło albo na zimno. Smacznego!





ZUPPA DI CECI

Zupa z ciecierzycy

Sycylijska zupa z ciecierzycy, w dialekcie sycylijskim *ciciri a bruretto*, to zupa typowo zimowa. Idealna na wieczory, które na Sycylii potrafią być równie zimne jak te w Polsce. Przepis ten pochodzi z tradycyjnej, biednej kuchni wiejskiej. Połączenie ciecierzycy, selera i sosu pomidorowego tworzy danie, które jest niezwykle bogate w smaku. Do tego kropla dobrej oliwy z oliwek, pajda chrupiącego, domowego chleba i zupa, którą zajadali się dawniej sycylijscy chłopcy, staje się prawdziwym rarytasem.

SKŁADNIKI

200 g ciecierzycy
1 liść laurowy
1/2 cebuli
natka pietruszki (mały pęczek)
1 łodyga selera
1/2 filiżanki sosu pomidorowego
sól, pieprz
2 łyżki oliwy z oliwek



10 MIN



2 H



2 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Ciecierzycę namocz i zostaw w wodzie na całą noc.
2. Następnego dnia przepłucz ją, wrzuć do dużego garnka i dodaj liść laurowy.
3. Posiekaj cienko cebulę i natkę pietruszki, a łodygę selera pokrój na plasterki.
4. Dodaj warzywa do garnka z ciecierzycą i wlej sos pomidorowy.
5. Zalej warzywa zimną wodą (ma tylko delikatnie przykryć ciecierzycę) i gotuj przez 2 godziny. Jeśli w czasie gotowania woda trochę wyparuje, uzupełnij jej ilość (woda ma cały czas przykrywać warzywa).
6. Kiedy ciecierzycyca będzie już miękka, wyciągnij liść laurowy, dodaj sól, pieprz i oliwę z oliwek. Zupę z ciecierzycy podawaj na ciepło z kromką dobrego domowego chleba.





PASTA ALLA PAOLINA

Makaron z anchois, goździkami i cynamonem

Pasta alla Paolina jest jednym z najstarszych, tradycyjnych dań kuchni sycylijskiej. To danie kuchni prostej i biednej, w skład której wchodzi cynamon, goździki i anchois.

Pasta alla Paolina, znana również pod nazwą pasta alla Palina oraz pasta Palina, oryginalnie pochodzi z Palermo. Powstała w zakonie minimitów, czyli w Zakonie Braci Najmniejszych św. Franciszka z Paoli. Od początku swojego istnienia zakon ten charakteryzował się ogromną surowością. Do zasad posłuszeństwa, ubóstwa i czystości dodano zasadę dożywotniej wstrzeźliwości od mięsa, mleka, jajek i serów. Brat zajmujący się kuchnią opracował przepis, który był postny i sycący, a jednocześnie pyszny i aromatyczny. Tak właśnie powstała pasta alla Paolina. Co ciekawe, cynamon i goździki pojawiły się na wyspie dużo wcześniej, a dokładnie podczas dominacji arabskiej.

Do tego przepisu używa się najczęściej długiego makaronu (bucatini lub spaghetti), ale spotkasz się również z krótkim makaronem (np. penne, fusilli, caserecce). Istnieją także różne wersje tego przepisu. W niektórych miejscach dodaje się jeszcze kalafior lub rodzynki.

SKŁADNIKI

1 ząbek czosnku
oliwa z oliwek
4 filety anchois
150 ml sosu pomidorowego
świeża bazylia
cynamon
goździk
sól
pieprz
bułka tarta
200 g makaronu bucatini



15 MIN



30 MIN



2 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Obierz czosnek, drobno go posiekaj i podsmaż na oliwie z oliwek.
2. Pokrój anchois na kawałki i dodaj do czosnku. Przemieszaj drewnianą łyżką od czasu do czasu, rozgniatając rybę.
3. Kiedy anchois się rozpuszczą, dodaj sos pomidorowy, kilka liści bazylii, szczyptę cynamonu i goździk. Przypraw solą i pieprzem do smaku. Całość gotuj przez około 10 minut.
4. Na małej patelni podpraż bułkę tartą na złoty kolor.
5. Do wrzącej, osolonej wody wrzuć makaron i gotuj al dente.
6. Kiedy będzie gotowy, odcedź go, przełóż na patelnię i wymieszaj z sosem.
7. Wyłóż makaron na talerze i posyp bułką tartą.





SPAGHETTI AI GAMBERI

Spaghetti z krewetkami

Makaron spaghetti z krewetkami i pomidorkami koktajlowymi to jedna z letnich propozycji kuchni sycylijskiej. Jest to danie szybkie, proste w wykonaniu, lekkie i świeże, a jednocześnie zachwyca smakiem i aromatem, które przywodzi na myśl Sycylię, słońce i morze.

SKŁADNIKI

250 g dojrzałych pomidorów
oliwa z oliwek
1 ząbek czosnku
1/2 cebuli
sól, ostra papryka
świeża bazylia
150 g obranych krewetek
30 ml białego wina wytrawnego
natka pietruszki
200 g spaghetti



20 MIN



30 MIN



2 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Pomidory umyj, sparz, obierz ze skórki, usuń nasiona i pokrój w kostkę.
2. Posiekaj czosnek i cebulę i podsmaż na oliwie z oliwek. Dodaj pomidory, sól, szczyptę ostrej papryki i garść liści bazylii. Całość wymieszaj i gotuj na średnim ogniu przez około 10 minut.
3. Po tym czasie dodaj umyte i oczyszczone krewetki. Po paru minutach wlej wino, dodaj posiekaną natkę pietruszki i duś przez około 5 minut.
4. Spaghetti ugotuj al dente w dobrze osolonej wodzie. Następnie odcedź makaron i wrzuć go na patelnię z sosem. Całość dobrze wymieszaj.
5. Podawaj makaron udekorowany natką pietruszki.



BACCALÀ AGGHIOTTA

Dorsz w sosie ghiotta ze smażonymi ziemniakami

Baccalà agghiotta to dorsz w sosie, a jego bazą są: cebula, seler naciowy, pomidory, kapary i oliwki. Do tej kombinacji smaków dołączają smażone wcześniej ziemniaki, rodzynki i orzechy piniowe. Jest to jeden z najbardziej tradycyjnych i najstarszych przepisów kuchni sycylijskiej. Typowy dla prowincji Messyny, ale spotkasz go również w Katanii. Sos ghiotta jest używany również do miecznika, ale ze względu na to, że w Polsce ciężko dostać tę rybę, zdecydowałam się na przepis z wykorzystaniem dorsza.

SKŁADNIKI

1 cebula
1 łydga selera
oliwa z oliwek
1 ząbek czosnku
200 g sosu pomidorowego
15 g kaparów
70 g czarnych oliwek
1 łyżka orzechów piniowych
1 łyżka rodzynek
300 g ziemniaków
500 g fileta z dorsza
mąka
białe wino
125 ml ciepłej wody
sól, pieprz
natka pietruszki



30 MIN



50 MIN



2 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Cebulę i łydgę selera naciowego drobno pokrój.
2. Do większego garnka wlej 3 łyżki oliwy z oliwek. Wrzuć cebulę, seler, cały obrany ząbek czosnku i podsmaż.
3. Kiedy czosnek nabierze złotego koloru, wyjmij go z garnka i dodaj sos pomidorowy, kapary, oliwki pokrojone w plasterki, orzechy piniowe i rodzynki. Całość wymieszaj i gotuj na małym ogniu przez 10 minut.
4. W międzyczasie obierz ziemniaki, umyj je i pokrój w plasterki o grubości 1 cm.
5. Na patelnię wlej oliwę z oliwek i podsmaż na niej ziemniaki. Następnie odcedź je i dodaj do sosu.
6. Dorsza oczyść ze skóry i z widocznych ości, pokrój go w większą kostkę i obtocz w mące. Na patelni podgrzej oliwę z oliwek, wrzuć dorsza i podsmaż go. Następnie wlej trochę białego wina i kiedy odparuje, przełóż rybę do sosu.
7. Dodaj 125 ml ciepłej wody, przypraw solą i pieprzem do smaku. Gotuj na małym ogniu przez około 30 minut, od czasu do czasu mieszając, żeby sos nie przywarł.
8. Na koniec posyp danie posiekaną natką pietruszki i podawaj.





CAPONATA

Warzywna potrawka z bakłażana

Caponata, czyli warzywna potrawka z bakłażanów, to jeden z najsmakniejszych sycylijskich dań. Jego nazwa pochodzi od słowa *capone*, którego w dialekcie sycylijskim używa się na rybę koferynę. Ryba ta w sosie słodko-kwaśnym była podawana na stołach sycylijskiej arystokracji. Biednych mieszkańców wyspy nie stać było na taki przysmak, więc zastąpili ją dostępnym bakłażanem. I tak powstała caponata, która dzisiaj występuje na wyspie w około 30 różnych wersjach i podobno wszystkie są klasycznymi przepisami na tę potrawę.

Poniższy przepis na caponatę jest tym, którego nauczyłam się od mojej teściowej, a więc to jedna z wersji, którą spotkasz w Syrakuzach. Nie dodaje się tu łydgi selera naciowego, a wszystkie składniki smaży się, a potem dusi razem, dzięki czemu smaki fantastycznie się łączą.

Jako ciekawostkę powiem Ci, że do tradycyjnego dawnego palermitańskiego przepisu na caponatę dodaje się (oprócz bakłażanów, zielonych oliwek, łydgi selera i sosu pomidorowego) szczyptę ciemnego kakao do smaku. Caponata jest serwowana jako dodatek do drugich dań lub przystawka, ale dzięki temu, że jest bardzo sycąca, może zastąpić całe danie. Najlepiej smakuje następnego dnia na zimno, kiedy smaki jeszcze bardziej się przegryzą.

SKŁADNIKI

1 bakłażan
oliwa z oliwek
1 papryka czerwona
1 papryka zielona
1 cebula
1 łyżka kaparów
25 g orzechów piniowych
150 g zielonych oliwek (wydrążonych)
400 ml sosu pomidorowego
bazyli
sól, pieprz
150 ml octu winnego
2 łyżki cukru



30 MIN



1 H



2 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Bakłażan umyj, pokrój w kostkę, przełóż do durszlaka, posyp obficie solą i przykryj czymś cięższym. Odstaw na co najmniej 30 minut. Warzywo musi puścić sok, żeby stracić goryczkę.
2. Następnie smaż bakłażan na patelni z gorącym olejem.
3. Papryki umyj, usuń nasiona i pokrój w cienkie paski. Kiedy bakłażan będzie złocisty, dodaj do niego paprykę i smaż razem.
4. Obierz cebulę i drobno posiekaj. Dodaj ją do smażących się warzyw.
5. Kiedy będą miękkie, wrzuć kapary, orzechy piniowe i przekrojone na pół oliwki. Całość delikatnie wymieszaj.
6. Gdy warzywa będą podsmażone na złocisty kolor, wlej sos pomidorowy, dodaj garść liści bazylii, sól, pieprz i duś przez kilkanaście minut.
7. Wymieszaj cukier z octem, wlej na patelnię i połącz wszystko. Duś do momentu, aż ocet wyparuje.
8. Caponatę przełóż do większej miski i przestudź. Podawaj z chlebem na zimno.



GELO DI CAFFÈ

pudding kawowy

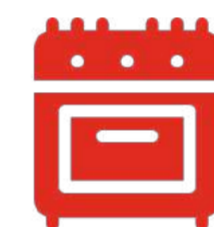
Sycylijski pudding o smaku kawy (gelo di caffè) to fantastyczny pomysł na słodkie zakończenie obiadu. Idealny dla osób, które nie przepadają za smakiem kawy. Gotowy deser możesz udekorować płatkami migdałów lub domową bitą śmietaną.

SKŁADNIKI

160 ml kawy (niesłodzonej)
100 g cukru
1 łyżka kakao w proszku
140 ml wody
50 g skrobi kukurydzianej
obrane migdały do dekoracji



10 MIN



10 MIN



4 OSOBY



PRZYGOTOWANIE

1. Do rondelka z grubym dnem wlej kawę, cukier oraz kakao. Podgrzej wszystko.
2. Skrobię kukurydzianą wymieszaj bardzo dokładnie z wodą, żeby nie zrobiły się grudki.

RADA: Zamiast skrobi kukurydzianej możesz użyć skrobi ziemniaczanej. Przepis wychodzi tak samo dobrze.

3. Wlej skrobię do garnka i wymieszaj.
4. Całość gotuj na małym ogniu przez około 5 minut, cały czas mieszając.
5. Kiedy krem zgęstnieje, ściągnij go z ognia i przelej do foremek (np. do silikonowych lub metalowych foremek na babeczki) lub do szklanych miseczek.
6. Odstaw do ostygnięcia, a następnie włóż do lodówki na 4 godziny. Gelo di caffè świetnie oczyszcza kubki smakowe i pasuje na zakończenie obfitego obiadu.





PASTE DI MANDORLA

Migdałowe ciasteczka

Paste di mandorla to jeden z najbardziej znanych, najstarszych przepisów w tradycji cukiernictwa sycylijskiego. Istnieje kilka teorii dotyczących pochodzenia tych ciasteczek. Pewne jest, że ich początki sięgają XI wieku. Prawdopodobnie przepis powstał w Klasztorze La Martorana w Palermo.

Paste di mandorla są dzisiaj jednymi z najpopularniejszych ciasteczek na Sycylii. Znajdziesz je w każdym barze, na targach czy w sklepach z pamiątkami na wyspie.

SKŁADNIKI

150 g obranych migdałów
100 g cukru
1 białko
15 g miodu
cukier puder
migdały lub kandyzowane wiśnie do dekoracji



15 MIN



10 MIN



15 SZT.



PRZYGOTOWANIE

1. Obrane migdały zmiel w mikserze.
2. Przesyp migdały do miseczki, dodaj cukier, białko jajka i miód. Delikatnie wymieszaj.
3. Kiedy wszystkie składniki się połączą, zacznij wyrabiać ciasto rękoma do otrzymania jednolitej konsystencji.
4. Przesyp cukier puder do mniejszej miseczki.
5. Formuj pastę di mandorla: odrywaj z ciasta małe kawałki i tocz z nich kulki. Każda kulka ciasta powinna ważyć około 20 g.
6. Gotową kulkę obtocz w cukrze pudrze i wyłóż na blachę do pieczenia pokrytą papierem. Na sam wierzch połóż migdał lub kandyzowaną wiśnię.
7. Piecz 10 minut w piekarniku nagrzanym do 180°C.
8. Wystudź ciasteczka i podawaj.

