

Fiori di zucca in pastella

I **fiori di zucca in pastella** sono uno squisito contorno a base di fiori di zucca pastellati e fritti. Per questa preparazione vi consiglio una pastella per friggere al vino che ha la caratteristica di essere molto leggera e asciutta.

I **fiori di zucca in pastella** sono ottimi appena preparati, caldi e croccanti. Se vi avanzano si possono però conservare per un giorno in frigorifero. Prima di consumarli metterli per 5-6 minuti nel forno ventilato a 180°C appoggiandoli direttamente sulla griglia. Mettere una teglia sul fondo del forno per raccogliere eventuale olio che dovesse colare.

INFORMAZIONI

- 4 persone
- **220Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana**



INGREDIENTI

- 16 fiori di zucca
- Olio di semi di arachide per friggere
- 250 g di Pastella per friggere al vino

PREPARAZIONE

- Preparare la pastella per friggere al vino secondo [la nostra ricetta di base](#).
- Pulire i fiori di zucca rimuovendo le parti spinose, la base del calice ed i pistilli.
- Sciacquarli brevemente e delicatamente sotto acqua corrente e tamponarli con carta da cucina.
- Scaldare abbondante olio per frittura in una padella, la temperatura ideale è di 180°C.
- Tuffare i fiori uno alla volta nella pastella e friggerli.
- Quando si saranno uniformemente dorati, ritirarli ponendoli ad asciugare su carta da cucina.
- Salare in superficie e servire immediatamente.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne e di pesce.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

Il tempo di preparazione indicato non tiene conto di quello necessario per la pastella, che è di 1 ora e 1/2. Il tempo complessivo è quindi di 2 ore.