

CANNAMELA

Farinata di ceci



Ingredienti

- 250g farina di ceci
- 30g olio extravergine di oliva
- 500g acqua fredda
- 2 cucchiaini rosmarino in foglie CANNAMELA
- 15g pinoli
- qb sale
- 1 pizzico pepe bianco macinato CANNAMELA



Porzioni
8 persone



Portata
Antipasto



Tempo
10 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In forno



Kcal per
persona
149*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Porre la farina di ceci in una terrina.
- 2 Stemperarla aggiungendo poco alla volta l'acqua fredda.
- 3 Unire mezzo cucchiaino di sale e un pizzico di pepe bianco macinato CANNAMELA.
- 4 Lasciare riposare l'impasto per una notte.
- 5 Eliminare la schiuma che si può formare in superficie, poi distribuire l'impasto liquido in una teglia di Ø 36 cm, unta.
- 6 Cospargere la superficie con 2 cucchiaini di rosmarino in foglie CANNAMELA.
- 7 Distribuire anche i pinoli.
- 8 Irrorare con un filo d'olio e infornare a 180° per 15 min.
- 9 Ogni 2 min dare un quarto di giro alla teglia in forno per uniformare la cottura.
- 10 Servire la farinata calda.