

Fiori di zucca al nero di seppia

ANTIPASTO

Difficoltà:
media

Tempo di preparazione:
30 minuti

Calorie:
260 cal/porzione

Ingredienti per 4 persone

- una ventina di fiori di zucca
- 2 uova
- 3 cucchiari di farina bianca
- 1 bicchiere di latte
- mezza bustina di lievito per dolci
- 1 bustina di nero di seppia
- olio di oliva
- sale

1 Sciacquate e asciugate delicatamente i fiori di zucca interi.

2 Preparate una pastella morbida e omogenea impastando con la frusta in un'insalatiera le uova, la farina, il latte, mezza bustina di lievito per dolci e 1 bustina di nero di seppia.

3 Immergete nella pastella i fiori di zucca interi e frigeteli in abbondante olio in una padella antiaderente.

4 Adagiateli su carta assorbente da cucina, salate e serviteli ben caldi.

Il nero di seppia è il liquido scuro, contenuto in una sacca, secreto dalle seppie quando si sentono in pericolo. Oggi è molto usato in cucina. In alcune regioni italiane, come la Puglia, per condire la pasta e altri piatti si adopera anche il nero del polipo

