

Ricetta tratta dal

sito www.nonsolomaldipancia.com

Frittelle ai frutti di bosco



2 dl di latte

mezzo dl di yogurt magro

200 g di farina

un cucchiaino di lievito in polvere

un uovo

una tazza colma di frutti misti di bosco (more, mirtilli, ribes bianco e rosso) zucchero a velo

sale



Versate in una terrina lo yogurt e il latte, incorporatevi la farina (meno 2 cucchiari) fatta scendere da un setaccio, e lavorate bene con una frusta. Coprite la terrina con pellicola per alimenti e lasciate riposare in frigorifero fino al giorno dopo, oppure preparate l'impasto la mattina per la sera.

Una mezz'ora prima di servire mondate i frutti di bosco, passateli con un telo umido (evitate se possibile di lavarli perché si impregnerebbero di acqua), asciugateli bene e infarinateli.

Riprendete l'impasto, aggiungete il tuorlo (tenete da parte l'albume), il lievito e un pizzico di sale, mescolate e amalgamate delicatamente l'albume montato a neve. Alla fine incorporate i frutti di bosco.

Scaldare sulla fiamma una padella antiaderente dal fondo spesso e versatevi l'impasto a cucchiaiate in modo da ottenere delle frittelle: cuocetele, girandole una sola volta, finché diventano gonfie e dorate. Mettetele su un piatto, spolverizzatele di zucchero a velo e servitele calde.