POUILLES

MOTIVATIONS DU CHOIX

J’ai choisi la recette des panzerotti des Pouilles, parce-que c’est un plat originaire du lieu de naissance de ma mère, de mes oncles et de mes grands-parents. C’est un plat simple mais déliciuex en même temps! Ils ne sont pas difficiles à préparer et sont parfaits pour un simple repas avec des amis ou des parents.

J’ai choisi la recette des zeppole parce qu’elles sont typiques des Pouilles, Elles sont parfaites en toutes les occasion et je pense que c’est un plat qui peut plaire un peu à tout le monde.

 **Les panzerotti des Pouilles**



**Ingrédients**

* ***500 g de farine***
* ***300 ml d’eau tiède***
* ***3 g de levure de bière***
* ***1 cuillère d’huile d’olive extra vierge***
* ***6 g de sucre (1 petite cuillère à café)***
* ***10 g de sel (1 cuillère à café)***
* ***200 g de mozzarella pour pizza en petits dés***
* ***100 g de purée de tomate***
* ***Sel et poivre***
* ***Origan***
* ***Huile de friture***

**Préparation**

Pour réaliser les panzerotti, prépare dans un bol la farine; ajoute la levure et le sucre et mélange bien avec les mains. Dans un autre récipient, verse l’eau tiède, ajoute le sel, l’huile d’olive extra vierge et tourne lentement avec une cuillère. Ensuite, ajoute la farine avec la levure et le sucre peu à peu et mélange jusqu’à obtenir une pâte homogène et élastique. Travaille ta pâte pendant quelques minutes.

Quand la pâte est prête, mets-la dans un récipient et fais la classique coupe en forme de croix, puis couvre-la avec un pellicule pour aliments. Fais lever la pâte pendant environ 2 heures dans un lieu chaud, ou jusqu’à ce qu’elle ait doubler de volume.

Quand la pâte est levée, déplace-la sur un plan de travail légèrement fariné; puis tu dois la travailler un peu avec les mains et former des boulettes (environ 80 g). Fais lever les boulettes dans un lieu chaud pendant 20 minutes.

Dans le même temps, tu peux préparer la farce: dans un bol, mets la mozzarella en dés, ajoute la purée de tomate, le sel, le poivre, l’origan et mélange tous les ingrédients avec une cuillère.

Après 20 minutes, étale les boulettes de pâte sur un plan de travail avec un rouleau à pâtisserie jusqu’à obtenir des disques; mouille les bords avec un peu d’eau et forme la classique demi-lune en appuyant sur les bords avec la fourchette.

Tu dois chauffer l’huile dans une poêle et ensuite, frire les panzerotti jusqu’à ce qu’ ils soient bien dorés des deux côtés (environ 5 minutes). Une fois cuits, tu dois les mettre dans un plat recouvert de papier absorbant pour éliminer l’huile. Nous pouvons aussi les faire cuire au four à 190° pendant 15-20 minutes.

Voici tes délicieux et croquants panzerotti des Pouilles!

 “Chercher du poil sur les oeufs”

 **Les zeppole**



***Ingrédients***

* **3 œufs**
* **3 jaunes d’œufs**
* **55 g de beurre**
* **250 ml d’eau**
* **150 g de farine 00**
* **Sel fin**
* **Vanille**
* **70 g de sucre**
* **200 ml de lait**
* **50 ml de crème fraîche liquide**
* **Griottes au sirop**
* **Huile d’arachide**
* **Sucre glace**

***Préparation***

Commencez par préparer la crème pâtissière. Chauffez le lait et la crème dans une casserole et ajoutez la vanille. Quand ils commencent à bouillir, mettez-les de coté. Dans un bol, battez légèrement 2 jaunes d’œufs et versez le sucre et un verre de lait. Mélangez bien avant d’ajouter le mélange dans la casserole avec le lait et la crème.

Laissez réchauffer la crème à feu doux pendant que vous continuez à mélanger jusqu’à ce que la crème devienne plus épaisse (environ 10 minutes). Une fois prête, versez la crème dans un bol et recouvre-la avec du film alimentaire transparent. Laissez-la refroidir dans le réfrigérateur pendant environ 15 minutes. Une fois refroidie, transférez-la dans un sac-à-poche avec embout en forme d’étoile.

À ce stade, vous pouvez passer à la préparation de la pâte : versez l’eau dans un bol et ajoutez la moitié du beurre en petits morceaux et une pincée de sel. Déposez le reste du beurre dans une casserole assez grande; quand il commence à bouillir, versez la farine et continuez à mélanger jusqu’à ce que vous obteniez une pâte lisse et homogène.

Placez le tout dans un bol et créez une fosse au centre de la pâte. À part, battez 3 œufs entiers et versez-les au centre de la pâte. Formez un mélange assez fluide et crémeux. Versez-le dans un sac-à-poche avec un embout en forme d’étoile.

Faites chauffer l’huile dans une grande casserole (pas plus de 165°).

Pendant ce temps, avec le sac-à-poche contenant la pâte pour les zeppole, dessinez des cercles de pâte à double anneaux. Mettez-les dans l’huile et laissez-les frire pendant environ 5-6 minutes. Une fois prêtes et bien dorées, égouttez-les et placez-les sur un plateau recouvert de papier absorbant.

Laissez refroidir, puis saupoudrez le sucre glace. Ajoutez la crème à l’intérieur et, si vous en avez envie, ajoutez 2 griottes au sirop par dessus.

Vos zeppole sont prêtes!

 “La vérité est comme l’huile : elle monte toujours à la surface”.

 *Giannone Ilaria*