RICETTE - Crocchette di patate

Uno dei modi più diffusi di preparare le patate come snack o contorno è quello di trasformarle in crocchette, soffici all'interno e croccanti in superficie. Eccovi un metodo per ottenere crocchette gustose e perfettamente adatte al digiuno stretto ortodosso.

Ingredienti

• Patate a pasta gialla, preferibilmente un poco disidratate (sono ideali quelle patate che rimangono a lungo in dispensa e sono sul punto di iniziare a produrre germogli)

• Sale

• Spezie ed erbe a piacere

• Tahina

• Pane grattugiato

• (*opzionale*) latte vegetale

Preparazione

Mettete le patate (intere e con la buccia) in acqua bollente, e a seconda delle loro dimensioni tenetele a bollire fino a 40 minuti (quando la punta di un coltello le attraversa facilmente, saranno pronte). Scolatele, e passatele in uno schiacciapatate mentre sono ancora calde (la buccia non dovrebbe essere un problema, ma se ostruisce il fondo dello schiacciapatate, basta rimuoverla). Lasciatele un poco a rilasciare vapore, estendendole sul piano di lavorazione in cui le impasterete.

Aggiungete a questo punto il sale, le spezie e/o i mix di erbe che desiderate (ricordate che il colore dell'interno delle crocchette cambierà di conseguenza: se volete che la pasta sia più gialla, basterà aggiungere un poco di curcuma), e se un'aggiunta di grasso non vi crea problemi, un poco di salsa tahina.

Impastate bene fino a ottenere una massa uniforme, e modellate piccole quantità in cilindri di dimensioni uniformi. Rollate i cilindri nel pane grattugiato, facendo eventualmente una seconda impanatura dopo avere immerso per un istante i cilindri in una ciotola di latte vegetale.

Le crocchette così impanate sono pronte per essere messe in forno (su una teglia coperta di carta da forno), oppure in una friggitrice ad aria calda, a 200 gradi per 30 minuti. Per brunirle in modo uniforme, potete girarle dopo la metà della cottura. Per risparmiare spazio nella friggitrice ad aria calda, potete disporre i cilindri non per lungo, ma in verticale: se per caso qualche crocchetta si adagia contro un'altra in cottura (un rischio che possiamo diminuire con la pratica), l'impanatura dovrebbe prevenire che si attacchino: cercate comunque di mantenere una minima distanza per favorire il passaggio dell'aria in cottura.