



Ricetta N. RE001829

Registrata in data 12 Ott 2017 alle ore 10:28

da GIAMPIERO GALIANO

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della regione: Puglia

Piatto tipico della stagione: Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Energico

Pizza Impanata

Una deliziosa pizza che ricorda un antichissimo piatto della tradizione contadina pugliese "l'impanata" o incapriata o fave e cicorie come viene comunemente detta. A Castellana Grotte (BA) questo piatto è reso unico e speciale per il suo companatico "cumpanatck" ovvero servita con insalata di cipolla rossa, cornaletti fritti e olive fritte. Questa pizza nasce per esaltare questi sapori e per onorare l'antica sagra dell'Impanata nata nel 1984 a Castellana Grotte città famosa nel mondo per le sue belle grotte e per la sua stupenda cucina contadina. Un pizza dalle grandi proprietà nutritive, oltre che un alimento vegano e per intolleranti al lattosio.

Tempo di preparazione: 10 minuti

Ingredienti per 1 persone

200 g impasto di farro bio integrale
160 g purea di fave
150 g cicorie selvatiche
70 g cornaletti fritti
60 g cipolla rossa
50 g pane
olio e aceto q.b.

Prodotti utilizzati

Fave, cicorie, peperoni, pane, olio, aceto, cipolla.

Strumenti di cottura

Forno a legna e fornelli.

Preparazione

Stendere la pasta per pizza di farro bio integrale, spalmare la purea di fave, cospargere le cicorielle selvatiche bollite e i peperoni cornaletti fritti e tagliati a rondelle. Cuocere in forno e all'uscita cospargere la cipolla rossa condita con olio, aceto e un po' di sale fino. Ultimare con cubetti di pane croccante abbrustolito in forno.

Vino consigliato

Vino rosso Primitivo di Manduria