

Frittelle vegetariane di zucchine in salsa di pomodoro e cocco

Tempo di preparazione: 0 min

Difficoltà: Difficile

Ingredienti

- Cipollotto tritato: 30 g
- Cumino in polvere: 1/2 cucchiaino
- Farina di ceci: 2 cucchiai
- Farina di riso: 1 cucchiaio
- Garam masala: 1 cucchiaino
- Olio per friggere: q.b.
- Patate: 125 g
- Pepe: q.b.
- Peperoncino verde tritato: 1
- Prezzemolo tritato: 1 pugno
- Sale: q.b.
- Zucchine: 250 g

Salsa

- Aglio: 1 spicchio schiacciato
- Cannella: 1/2 cucchiaino
- Garam masala: 1/2 cucchiaio
- Latte di cocco: 200 ml
- Olio extravergine d'oliva: 1 cucchiaio
- Peperoncino (facoltativo): 1 cucchiaino
- Succo di limone o lime: 1 cucchiaino
- Zenzero in polvere: 1/2 cucchiaino



Preparazione

Bollite, sbucciate e schiacciate le patate come per preparare un purè; grattugiate le zucchine e unitele alle patate schiacciate, poi aggiungete tutti gli altri ingredienti in elenco e mescolate bene per ottenere un impasto molto morbido: vi sembrerà che il composto non stia agevolmente insieme, ma va bene così.

Scaldare in una padella abbastanza profonda abbondante olio per friggere, poi quando l'olio è ben caldo (la temperatura ideale è 180° circa, ma potete verificarla anche senza termometro buttando una buccia di patata nell'olio per vedere se frigge), con l'aiuto di una schiumarola, mettete le frittelle nell'olio. Il composto delle frittelle sembra un po' morbido, ma una volta fritto la consistenza sarà perfetta.

Scolate le frittelle su della carta assorbente e mettetele da parte, per iniziare a preparare la salsa.

Fate un soffritto veloce con poco olio d'oliva, aglio schiacciato e spezie, ricordandovi che le spezie non devono mai cuocere troppo a lungo, poi unite al soffritto la **polpa fine Pomi** e lasciate cuocere per una ventina di minuti. Frullate il sugo con un cucchiaino di succo di limone e con il latte di cocco, per ottenere una salsa liscia e omogenea.

Versate di nuovo in padella la salsa di pomodoro e cocco, allungatela con una tazzina d'acqua e lasciatela cuocere ancora per una decina di minuti a fiamma bassa.

Quando la salsa è sufficientemente densa, disponete le frittelle di zucchine in padella e copritele delicatamente con la salsa, stando attenti a non romperle.

Potete scaldare questo piatto anche più volte, aggiungendo un filo d'acqua se la salsa di pomodoro e cocco risultasse troppo densa.

Servite le frittelle di zucchine con la loro salsina, accompagnandole con del riso pilaf o con del pane indiano.

For this recipe we used:

Polpa Fine 300 g

