

Bastoncini di ceci e rosmarino

Bastoncini di ceci e rosmarino

Ricetta semplice e veloce, ma soprattutto gustosa!



Bollire 800 ml di acqua, aggiungere un pizzico di sale rosa himalayano, 150 gr di farina di ceci, 40 gr di farina integrale di riso, 40 gr di farina di mais fioretto (si possono fare anche solo con farina di ceci ma il sapore è più deciso).

Mescolare e lasciare cuocere come una farinata, proprio come si fa con la polenta, con il fuoco bassissimo per 10 minuti. A fine cottura aggiungere un ciuffetto di rosmarino tritato, spezie a piacere, mescolare e versare su un foglio di carta da forno livellando bene aiutandosi con un cucchiaino bagnato fino ad arrivare ad uno spessore di 6-7 mm.

Quando è fredda tagliare a striscioline, quindi a bastoncini, metterli in forno a 200 gradi per 25-30 minuti o fino a doratura. Servire caldi ☐

Fonte