

LA RICETTA

## Zeppole di San Giuseppe

CULTURA

16\_01\_2023



È un dolce che si mangia a Napoli fin dal Medioevo, quando veniva venduto per la strada dai zeppolari (un esempio di *street food* ante litteram). A quel tempo erano a forma di bombolone fritto e poi farcito di crema.

**Intorno al 1700 il dolce prende la forma che conosciamo oggi**, con il ripieno di fuori. Era un dolce conventuale, preparato dalle monache dello Splendore e della Croce

di Lucca ma anche da quelle di San Basilio del Monastero di San Gregorio Armeno.

**Cento anni più tardi, la ricetta delle zeppole venne pubblicata nel 1837** ad opera del celebre gastronomo napoletano Ippolito Cavalcanti, Duca di Buonvicino, che le codificò nel "Trattato di Cucina Teorico-Pratico".

*Ingredienti per 12 zeppole*

**Per la Pasta Bigné:**

250 gr di farina 00

250 ml di acqua

50 gr di burro

5 circa di uova

5 gr di sale

**Per Friggere:**

1 l di olio di semi

**Per la Crema:**

500 ml di latte

6 uova (i tuorli)

180 gr di zucchero

60 gr di maizena

Mezzo cucchiaino di vaniglia in polvere

**Per Decorare:**

q.b. di amarene scioppate

q.b. di zucchero a velo

*Preparazione*

La preparazione di questo dolce sembra più difficile di quella che è. Basta seguire le indicazioni e verrà benissimo.

**Preparare prima di tutto la pasta choux:** mettete in una pentola dal fondo spesso l'acqua, il burro a pezzi e il sale e mettetela sul fuoco. Fate sciogliere il burro e portate il liquido a bollore. Quando il liquido bolle togliete la pentola dal fuoco ed aggiungete la farina setacciata, in un colpo solo e mescolate bene con un cucchiaio di legno per permetterle di assorbire il liquido.

**Rimettete la pentola sul fuoco e mescolando** sempre con un cucchiaio fate

rassodare l'impasto, che dovrà staccarsi dalle pareti della pentola. Lasciare raffreddare l'impasto e quando si sarà raffreddato mettetelo in una ciotola ed aggiungete le uova, leggermente sbattute, una alla volta. Procedere a mano con un cucchiaino di legno. Il numero effettivo delle uova può variare a seconda delle dimensioni delle stesse, quindi aggiungetene una alla volta e verificate di ottenere un impasto morbido e liscio, ma compatto. Sollevandolo con una spatola, ad esempio, l'impasto dovrà risultare morbido ma non dovrà cadere dalla spatola, se non con un colpetto.

**Trasferite l'impasto in una *sac a poche*** con beccuccio a stella di circa 1 cm di diametro e formate delle ciambelle di circa 4-5 cm, su una teglia rivestita con della carta forno. Infornate le zepole in forno statico preriscaldato a 200° per 10-15 minuti circa, giusto il tempo di gonfiarle e di fargli formare una crosticina tutt'intorno. Mentre procedete alla frittura, per non far sgonfiare le zepole, potrete lasciarle nel forno socchiuso, abbassando la temperatura a 140°.

**Iniziate così a friggere le zepole di san Giuseppe 1-2 alla volta** in un pentolino dove avrete riscaldato dell'olio di semi a circa 170-175°, se non avete un termometro da cucina potete verificare la temperatura immergendo un pezzetto di impasto crudo e verificando che questa a galla lentamente, sfrigolando leggermente e dorandosi delicatamente. Le zepole devono friggere dolcemente, durante la cottura giratele spesso, saranno necessari circa 1 minuto per lato. A fine cottura scolatele e lasciatele asciugare su della carta assorbente da cucina, lasciandole così raffreddare. A metà cottura cambiate l'olio, per avere un risultato sempre di un bel dorato chiaro.

### **Preparare la crema pasticcera**

Volendo potete preparala anche prima di procedere con le zepole, così che avrà tempo a sufficienza per raffreddarsi bene. Riunite in un pentolino lo zucchero e i tuorli, e lavorateli con una frusta a mano, poi unite la maizena e lavorate anche questa. Aggiungete il latte caldo, a filo, poco alla volta e lavorate ancora.

**Trasferitevi sul fuoco e fate addensare mescolando.** Quando la crema è pronta unite la vaniglia. Quando la crema è pronta trasferitela in una terrina, copritela con la pellicola a contatto e lasciatela raffreddare.

**Quando è tutto pronto e freddo potete procedere a farcire le zeppole di san Giuseppe.** Prendetele una alla volta e farcitele in superficie con la crema pasticcera che avete messo in un *sac a poche* con beccuccio a stella. Poi completate la decorazione delle zeppole con un'amarena sciroppata ed una spolverata di zucchero a velo.

*Liana Marabini*