

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 sciropate

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