

Friselle con dadolata di pomodori

Le **friselle** sono dei taralli tipici della Puglia, diffusi anche nel napoletano e nel calabrese. Sono prodotte con farina di grano duro oppure con farina integrale, quindi vengono cotte, tagliate a metà in senso orizzontale e poi nuovamente infornate per biscottarle. In questo modo si elimina l'umidità residua e le friselle possono così essere conservate a lungo.

Le **friselle con dadolata di pomodori** sono un ottimo antipasto, semplice e genuino, ma dal sapore incredibile se preparate con pomodori di stagione, nel pieno della loro maturazione, aromatizzati con aglio e basilico.

Le **friselle con dadolata di pomodori** possono essere anche uno squisito e fresco piatto unico se servite con mozzarella o altro formaggio fresco o fette di prosciutto crudo.

INFORMAZIONI

- **2** persone
- **180Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **20 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- Acqua
- Sale fino
- 2 friselle
- 200 g di pomodori rossi
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 4 foglie di basilico
- 1 spicchio di aglio

PREPARAZIONE

- Mettere in un piatto un dito di acqua fredda, unire un pizzico di sale, sbattere con una forchetta per scioglierlo, quindi bagnare le friselle da entrambi i lati. Metterle in un piatto.
- Lavare i pomodori, affettarli e tagliarli a cubetti togliendo i semi. Metterli in una ciotola e condirli con olio, un pizzico di sale, qualche foglia di basilico spezzettata e l'aglio spremuto con uno spremiaglio, oppure tritato molto finemente. Lasciarli riposare per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Distribuire la dadolata con tutto il suo fondo sulle friselle, unire un altro filo d'olio, decorare con qualche foglia di basilico e servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

I pomodori migliori per la preparazione delle friselle sono i ramati, perchè particolarmente succosi. Nel tempo di riposo producono abbondante fondo, che insaporirà le friselle con il suo sapore unico.

