

# Macco di Fave Fritto, ricetta per un antipasto siciliano speciale

Autore: Redazione

Data: 25 Febbraio 2021



## La ricetta siciliana del macco di fave fritto.

- **'U maccu** siciliano diventa un delizioso [antipasto](#), in pochi e semplici passaggi.
- Il [macco della tradizione](#) ottiene uno sprint in più e diventa **finger food**.
- Preparare in casa questo **antipasto siciliano** è facile: ecco ingredienti e procedimento.

Si può migliorare un piatto già perfetto? La domanda è davvero interessante e, per conoscere la risposta, non dovete fare altro che andare avanti con la lettura. Oggi parliamo di una [ricetta siciliana](#) che non ha bisogno di presentazioni: **'u maccu**. La **crema di fave** della tradizione è un primo piatto eccellente, ma non tutti sanno che esiste un modo per trasformarlo in un gustoso antipasto. Il **macco di fave fritto** è un **"piatto di riciclo"**, perfetto per utilizzare il macco avanzato il giorno prima. Nasce dall'ingegno dei siciliani in cucina che, con ciò che hanno a disposizione,

sanno sempre creare vere e proprie meraviglie. 'U maccu è una zuppa molto cremosa di fave, tipica della [Festa di San Giuseppe](#). Quando si prepara, può avanzarne un po' e, per darle un tocco in più, si trasforma in **bocconcini dorati**. Vediamo subito come fare: la ricetta vi **conquisterà!**

## Come fare il macco di fave fritto

### Ingredienti

- 500 g di fave secche decorticate
- 120 g di pasta
- 1 cipolla dorata
- 1 carota piccola
- 1/2 costa di sedano
- finocchietto selvatico
- rosmarino
- olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- sale e pepe
- farina
- olio di semi d'arachidi

### Procedimento

1. Per fare il macco di fave fritto, dovete anzitutto sciacquare le fave e mettetele a bagno per almeno due ore.
2. Tritate finemente la carota, il sedano e la cipolla.
3. Soffriggete le verdure e l'aglio in camicia per qualche minuto a fuoco basso, in poco olio extravergine, quindi togliete l'aglio e unite le fave ben scolate.
4. Rosolate e coprite con acqua. Se il liquido dovesse iniziare a schiumare, togliete le impurità che saliranno a galla.
5. Coprite e fate cuocere a fuoco basso, mescolando spesso.
6. Le fave inizieranno a disfarsi e potrebbe essere necessario aggiungere altra acqua calda.
7. Una volta ottenuta una purea densa con alcuni pezzi di fave, condite con sale, rosmarino e finocchietto selvatico, entrambi tritati finemente.
8. Versate la pasta e, se necessario, aggiungete acqua calda.
9. Portate a cottura al dente.
10. Una volta cotto, stendete il vostro macco su una spianatoia, con uno spessore di circa 3 centimetri.
11. Fate freddare completamente, quindi tagliate a rettangoli.
12. Passate i rettangoli nella farina e fate friggere in abbondante olio di semi.
13. Servite ben caldo.

***Buon appetito!***

---

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/macco-di-fave-fritto-ricetta/>

Generato il 24/05/2025