

# Voglia di dolce? Con ciò che hai già in casa puoi preparare questa delizia siciliana di Carnevale

**Autore:** Maria Carmela Vassallo

**Data:** 27 Gennaio 2026



*Ingredienti semplici, un profumo di agrumi e una tecnica che viene dalla tradizione conventuale. Il **latte fritto** è uno dei dolci simbolo del **Carnevale siciliano**, semplice da realizzare e profondamente legato alla cultura gastronomica dell'Isola.*

## **Latte fritto siciliano: semplicità, storia, gusto**

A Carnevale la frittura diventa rito. In Sicilia questo rito prende forma anche nel **latte fritto**, un dolce che affianca preparazioni come le [sfinci](#) e che continua a essere amatissimo per la sua **genuità**. Bocconcini dorati, croccanti all'esterno e morbidi all'interno, da gustare uno dopo l'altro. Una ricetta essenziale, nata per valorizzare ingredienti comuni e trasformarli in qualcosa di speciale.

## **Origini antiche e influenze straniere**

Le origini del **latte fritto siciliano** affondano nel passato. La ricetta, secondo la tradizione, sarebbe stata tramandata dalle **suore clarisse** e risalirebbe al Seicento. La sua diffusione è però legata anche alla **presenza spagnola in Italia**, che ha lasciato un segno profondo nella cucina regionale.

Non a caso, preparazioni simili esistono in altre aree del Paese e in Spagna. La versione siciliana, però, si distingue per elementi distinti, come l'**assenza di uova nell'impasto** e l'uso della **scorza di agrumi**, che dona un profumo delicato e riconoscibile.

## Dolce “povero” solo all'apparenza

Il latte fritto nasce come [dolce popolare](#). Gli ingredienti sono pochi, economici e facilmente reperibili. Proprio questa semplicità ne ha garantito la sopravvivenza nel tempo. Non è una ricetta scenografica, ma una **preparazione che parla di casa**, di feste di paese e di tavole condivise. Un esempio perfetto di come la cucina siciliana sappia essere essenziale senza rinunciare al gusto.

## Ricetta del latte fritto siciliano

### Ingredienti

- **Latte intero:** 800 g
- **Amido di mais (maizena):** 200 g
- **Zucchero:** 150 g
- **Scorza di limone:** 1
- **Zucchero a velo** (opzionale)

### Per la panatura

- **Uova:** 4
- **Pangrattato:** 200 g

### Per la frittura

- **Olio di semi di arachide:** q.b.

### Tempi e info utili

- **Tempo di preparazione:** circa 30 minuti
- **Tempo di raffreddamento:** almeno 4 ore (consigliata una notte in frigorifero)
- **Tempo di cottura:** circa 1 minuto per lato
- **Resa:** circa 18 pezzi
- **Difficoltà:** media

### Procedimento sintetico

1. Mescolare **amido, zucchero e scorza di limone grattugiata**.
2. Scaldare il **latte** e unirlo gradualmente agli ingredienti secchi, mescolando per evitare grumi.
3. Riportare il composto sul fuoco dolce e mescolare con **cucchiaino di legno o marisa** fino ad addensamento.
4. Spegnerlo e mescolare energicamente fino a ottenere una crema liscia.
5. Versare la crema in una teglia foderata (circa 26x19 cm) e far raffreddare completamente in frigorifero.

6. Tagliare a cubotti da circa 4 cm.
7. Passare ogni pezzo in **uova, pangrattato**, quindi ripetere per una **doppia panatura**.
8. Friggere in **olio a 170°**, pochi pezzi alla volta, per circa 1 minuto.
9. Scolare su carta assorbente e servire. Se volete, potete cospargere di zucchero a velo.

La riuscita del latte fritto dipende da piccoli accorgimenti. È fondamentale evitare la frusta durante la cottura della crema, per non comprometterne la consistenza. La **doppia panatura** garantisce una crosta uniforme e resistente, mentre la temperatura dell'olio assicura una frittura asciutta e rapida. Sono passaggi semplici, ma decisivi.

Il **latte fritto** rende meglio quando è consumato al momento. È un dolce pensato per essere condiviso subito, quando il contrasto tra caldo e freddo, croccante e cremoso, è ancora perfetto.

Pur restando fedele alla ricetta classica, il latte fritto può essere aromatizzato con **cannella** o **scorza d'arancia**. In alcune versioni viene accompagnato da **cioccolato fondente fuso**, un'aggiunta moderna che ne esalta il lato più goloso senza snaturarne l'identità.

---

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/latte-fritto-dolce-siciliano-ricetta-carnevale/>

Generato il 10/03/2026