

Panino Panelle e Crochè ricetta del classico (e buonissimo!) cibo di strada

Autore: Redazione

Data: 30 Agosto 2019



Panino **Panelle** e **Crocchè**, non un semplice cibo, bensì un'istituzione della cucina [palermitana](#). Le [panelle](#) sono delle deliziose frittelle di ceci, mentre le crochè sono delle crocchette di [patate](#).

Si possono acquistare nelle friggitorie, ma anche dai tanti **ambulanti** che si incontrano nel centro storico così come nei diversi quartieri. Il tutto viene fritto sul momento, per la gioia degli avventori. Se avete voglia di cimentarvi nella preparazione di questa specialità, ecco la ricetta da fare a casa. Per quanto riguarda il pane, vi consigliamo la classica [mafalda](#) o un panino tondo.

Ricetta Panino Panelle e Crochè

Ingredienti

- 500 g di farina di ceci
- 1 kg di patate nuove
- 2 mazzetti di prezzemolo tritati
- 1 litro di olio di semi per frittura
- Sale
- 4 panini

Procedimento per le panelle

1. Lasciate riscaldare sul fuoco lento un litro di acqua.
2. Unite la farina di ceci, il prezzemolo e il sale.
3. Mescolate fino ad ottenere un impasto denso, facile da staccare dalle pareti della pentola.
4. Fate raffreddare il composto e tagliatelo a rettangoli.
5. Friggete

Procedimento per le crocchè

1. Fate bollire le patate per circa quaranta minuti.
2. Dopo averle pelate, passatele al setaccio.
3. Unite, a questo punto, il prezzemolo.
4. Create le crocché.
5. Friggete in abbondante olio di semi.

A questo punto, mettete tutto nel panino e, se volete, condite con succo di limone. Buon appetito!

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/panelle-e-crocche/>

Generato il 14/05/2025