

Panzerotti fritti e Calzoni al forno con un unico impasto

Senza glutine



Ingredienti

500 gr farina senza glutine per pane e pizza #

370 gr acqua tiepida

8 gr lievito di birra fresco oppure 5 g lievito secco

1 cucchiaino di miele o zucchero

6 gr sale

15 gr olio

Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti e lasciare lievitare per 2 ore. Poi Impastate sulla spianatoia con farina di riso e mais. Formate 6 Palline e lasciate riposare 20 minuti. Stendi ogni pallina con le mani, Farcisci a piacere e chiudi a mezzaluna. Friggete subito in abbondante olio di semi di girasole rigirandoli spesso. Oppure, conditeli sopra con passata di pomodoro, sale, origano e olio. Cuocete in forno a 210 gradi per 15minuti. Sfornate e aggiungete scamorza grattugiata sopra e fate cuocere ancora per 5 minuti. Serviteli caldi.

Ricetta originale di Mary zero glutine