

# Nuggets di ceci

senza glutine



## Ingredienti

*200 gr acqua*

*10 gr olio evo*

*120 gr farina di ceci #*

*Pangrattato senza glutine #*

*Sale qb*

*Paprika se piace*

## **Procedimento**

*Quando l'acqua arriva a bollore, aggiungete l'olio, il sale, la paprika e la farina di ceci tutta in un colpo, mischiate con un cucchiaino di legno oppure con una frusta, mantenendo la padella sul fuoco finché il composto non inizia a staccarsi dai bordi. A quel punto lasciate intiepidire il composto e date la forma che preferite con le mani umide, poi impanate con il pangrattato e andate in cottura. Potete farci Nuggets, cotolette, polpette, straccetti o ciò che preferite. In forno statico a 180 gr girandole a metà cottura.*

## **Ricetta dal web**