

Farinata genovese

La farinata (anche detta cecina) è un piatto tipico di Genova, incredibilmente semplice da preparare ma ottima. In pratica è una pastella di farina di ceci, acqua e olio, che cuocendo in forno assume una consistenza morbida, una via di mezzo tra una crespella e una torta salata.

Si accompagna a qualsiasi cosa, per esempio salumi o formaggi.

Ecco come prepararla:



Ingredienti (per una teglia rotonda da circa 24/26cm oppure una rettangolare da 20×30):

- 150 gr farina di ceci (possibilmente biologica)
- 450 gr acqua
- 25 gr olio extravergine d'oliva
- sale, pepe
- 2 rametti di rosmarino



In una ciotola capiente versare la farina di ceci, poi iniziare ad aggiungere lentamente l'acqua mescolando energicamente con una piccola frusta. Una volta aggiunta tutta l'acqua, continuare a frustare finchè l'impasto non risulta completamente liscio e senza grumi. La consistenza è molto liquida, simile a quella della pastella. E' normale, la

farinata si asciugherà in cottura.

Coprire la ciotola con la pellicola da cucina e lasciare riposare per 4 ore, fuori dal frigorifero, avendo cura ogni ora di mescolare energicamente con la frusta per qualche secondo.



Trascorse le 4 ore, unire all'impasto l'olio, e un cucchiaino scarso di sale fino. Mescolare bene.

Preriscaldare il forno (statico) a 250°.



Ungere abbondantemente la teglia, versarvi l'impasto e non appena il forno sarà caldo cuocere per circa 25 minuti.

Durante la cottura il liquido ribolle, e lentamente si asciuga compattandosi.

Togliere dal forno, lasciare riposare nella teglia per circa 10 minuti, dopodichè tagliare a fette, cospargere con abbondante pepe macinato e rosmarino intero o tritato grossolanamente.

Si serve sia tiepida che fredda.