

# ARANCINE A TUTTA SICILIA

WOW, WOW, WOW... è quello che ho pensato quando ho letto il tema del mese dell'MTC, la mitica Roberta di Pupaccena ci ha presentato la ricetta delle Arancine, una ricetta fantastica che non sbaglia, un pò lunga ma vi assicuro ne vale la pena. Sono stata in Sicilia per 15 giorni nell'estate 2008 e naturalmente ho girato il più possibile, partenza Taormina arrivo Palermo passando per la costa sud.. Ho mangiato una valanga di Arancine ed è da allora che voglio fare, per questo grazie Roby e grazie MTC. Dal secondo dopo aver letto il tema ho pensato come le avrei fatte, più siciliane di così.. si perchè adoro anche la caponata!!!

Ho preparato un terzo delle dosi che propone Roberta e mi son venute esattamente 12 arancine da 70 gr l'una, peso del riso. Di caponata invece ne avanzerà un po. Per i passaggi della ricetta riporto le indicazioni di Robesta a parte che per la caponata.



### **ARANCINE CAPONATE**

per 12 arancine da 70 gr di riso

per le arancine

330 gr di riso viallone nano

1 cipolla piccola

850 ml di brodo vegetale\*

1/3 di una bustina di zafferano

olio evo

17 gr di burro

17 gr di parmigiano

\*brodo vegetale

1 carota

1 cipolla piccola

1 gambo di sedano

per la lega

300 gr di farina

600 ml di acqua

sale

per la panatura

300 gr di pan grattato

per la caponata

1 gambo di sedano

10 olive verdi denocciolate

1 cucchiaio di pinoli

8 pomodorini

1 cipolla piccola

1 melanzana

5 gr di zucchero semolato

2 cucchiaini di aceto di vino bianco

sale grosso

olio di mais

olio evo

circa 20 gr di scamorza affumicata



*Il riso va preparato con qualche ora d'anticipo, perché al momento della preparazione delle arancine dev'essere ben freddo. Preparare il brodo vegetale con gli aromi. Una volta pronto, rimuovere la carota, il sedano e la cipolla di cottura e sciogliere lo zafferano nel brodo. Regolare di sale. In un tegame capiente, dare un giro abbondante di olio evo e fare appassire la cipolla tagliata finemente. Versare il riso e fare tostare un pochino. Versare nel tegame buona parte del brodo, non tutto in modo da poterne aggiungere all'occorrenza regolandosi in funzione del tipo di riso e della sua cottura. Fermare la cottura quando il riso sarà al dente e si presenterà piuttosto compatto (ovvero non dev'essere cremoso come un tipico buon risotto!). Immergere il tegame nel lavello riempito d'acqua fredda (evitando che l'acqua entri*

*all'interno) e mantecare con il burro e il parmigiano grattugiato. Se serve, per abbattere la temperatura ed evitare che il riso continui a cuocere, rinnovare l'acqua fredda dentro il lavello.*

*Una volta tiepido, versare il riso dentro una teglia e lasciare da parte affinché raffreddi completamente. Poi coprire con carta d'alluminio e conservare in frigorifero per almeno 3-4ore.*

*Per la caponata, lavate la melanzana e tagliatela a cubetti, cospargete di sale grosso e mettete il tutto in un colapasta per circa un'ora, risciacquate i cubetti e fateli asciugare.*

*In una padella fate scaldare abbondante olio di mais e friggete le melanzane, scolatele e mettetele a scolare in della carta assorbente. Nel frattempo tagliate la cipolla, le olive e il sedano a rondelle e mettete a cuocere in padella con dell'olio evo, unite i pomodorini tagliati in quattro e i pinoli, fate insaporire poi allungate con una tazzina d'acqua, fate asciugare e terminate con zucchero e aceto, che eventualmente potete regoare secondo il vostro gusto!*

*Cominciare dalla preparazione della "lega". Si tratta della pastella di acqua e farina che serve a sigillare l'arancina e a creare una base per la panatura con il pangrattato che aiuterà a conferire doratura, spessore e croccantezza al punto giusto. Versare l'acqua in una scodella profonda, aggiungere la farina, una bella manciata di sale e amalgamare bene con una frusta. Tenere da parte e passare alla creazione delle arancine.*

*Per formare le arancine con una mano prendete un po' di riso in base alla grandezza dell'arancina che desiderate, (per me 70 gr) poi, girando con tutte e due le mani, formate una palla. Posate la "futura" arancina su un vassoio e ricominciate fino a terminare il riso. Lasciatele riposare per una mezz'ora, in modo che raffreddino (anche se il riso era freddo di frigo, col calore delle mani si saranno un po' scaldate) e che il riso si compatti rendendo poi più facile la farcitura.*

*Tenendo la palla di riso con una mano, con il pollice dell'altra mano create un buco in alto e al centro e cominciate ad allargarlo spingendo sia verso il basso che sui lati. Posate nuovamente la palla di riso sul vassoio e passate*

alle altre, fino a completarle tutte.

Farcite con un cucchiaino di caponata ogni arancina aggiungendo anche qualche cubetto di scamorza affumicata, poi chiudere l'arancina: un po' spingendo "la conza" – il condimento – verso il basso, e un po' cercando di portare in avanti il riso per chiudere l'arancina. Girare l'arancina tra le mani per darle la forma e per rendere la superficie liscia e compatta, senza buchi o piccole fessure. Posare l'arancina con il ripieno sul vassoio e passare ad un'altra, fino a completarle tutte.

Quando tutte le arancine saranno pronte sul vassoio, passare alla "lega". Dare qualche colpo di frusta alla pastella per riprendere l'amalgama di acqua e farina e a questo punto immergere singolarmente le arancine dentro la lega, poggiandole poi sul vassoio, fino al completamento dell'operazione per tutte le arancine.

E ora la panatura. Versare il pangrattato dentro una teglia e, ad una ad una, passare ogni singola arancina dentro il pangrattato, pressandole bene con le mani per "saldare" bene lega e pangrattato, per rendere compatta la superficie delle arancine e, all'occorrenza, per riprenderne un pochino la forma.



con questa ricetta partecipo al contest del mese di Novembre  
dell'MTC