



IMPASTI

Gnocchi di patate Vegan



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

15 MIN



TEMPO DI COTTURA

40 MIN



CALORIE

470K

NOTE

INGREDIENTI

1 Kg di Patate

300 g di Farina 00

Sale

Preparazione

- Lavate le patate e lessatele a vapore. Mettetele nel cestello quando l'acqua è fredda e, da quando bolle, calcolate circa 30 minuti. Verificate la cottura buciandole con una forchetta o con uno stecchino e nel caso prolungate la cottura di 5-10 minuti.
- Quando sono cotte toglietele dal cestello, aspettate qualche minuto, poi sbucciatele e schiacciatele con uno schiacciapatate. Trasferitele in una ciotola e conditele con un pizzico di sale e una grattugiata di noce moscata.
- Unite pian piano la farina, tenendone da parte un po' per la lavorazione, e mescolatela delicatamente con un mestolo.
- Infarinate il piano di lavoro e trasferitevi l'impasto.
- Lavoratelo per pochi minuti con le mani, unendo un po' di farina se fosse troppo appiccicoso, ma senza esagerare, altrimenti gli gnocchi risulteranno gommosi.
- Formate dei piccoli cilindretti di circa 1,5 cm di diametro e, con un coltello, tagliate gli gnocchi della grandezza desiderata. Appoggiate via via i vostri gnocchi su carta da forno. Se dovete fare degli gnocchetti, il diametro dei cilindretti dovrà essere di circa 1 cm.
- Passateli, via via che li tagliate, sui rebbi di una forchetta: otterrete così la rigatura classica.

I consigli di Camilla

- Per gli gnocchi preferite le patate a pasta bianca, che sono più ricche di amido. Se sono un po' invecchiate ancora meglio, perché le patate sono più povere di acqua e hanno bisogno di meno farina. Per questa ragione è meglio non lessare in acqua bollente le patate sbucciate e a pezzetti: risulteranno troppo acquose, ci vorrà più farina per legarle e gli gnocchi risulteranno gommosi e duri.
- Cuocete gli gnocchi in abbondante acqua bollente salata, quando vengono a galla prelevateli via via con una schiumarola (non usate lo scolapasta, altrimenti si attaccano!) e versateli nella padella con il condimento scelto. Fateli insaporire per qualche secondo, saltateli (o girateli con delicatezza) e serviteli immediatamente.