

Les Panisses

Li Panissa

Ingrédients : pour 8 personnes

- › 2 litres d'eau,
- › 600 g de farine de pois chiches tamisée,
- › huile d'olive,
- › huile pour friture (*arachide ou tournesol*),
- › sel, poivre.

VARIANTES

› Les panisses se consomment aussi froides en dessert, saupoudrées de sucre en poudre ou au chocolat.

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 20 min pour la pâte / 5 min pour la friture

Saison : toute l'année

Faire bouillir de l'eau dans une casserole avec très peu de sel et 8 cuillères à soupe d'huile d'olive. A l'ébullition, jeter en pluie la farine de pois chiches en fouettant sans arrêt jusqu'à épaississement. Dessécher la pâte avec une spatule en bois sur feux doux pendant 5 minutes environ.

Aligner une dizaine de petites soucoupes à thé légèrement huilées.

Remplir à ras bord chaque petite soucoupe de préparation. Tasser légèrement avec la spatule en bois trempée dans l'eau froide. Laisser refroidir.

Démouler les panisses, les couper en baguettes de 1 à 2 centimètres de largeur (comme de grosses frites).

Faire frire les panisses dans l'huile bien chaude. Une fois dorées, les égoutter et les déposer sur du papier absorbant pour éliminer le surplus d'huile.

Saler, poivrer et servir bien chaud.