

Panelle

Beliebtes sizilianisches Streetfood selber machen

Panelle sind in Palermo ein sehr beliebtes und populäres Streetfood. Die sizilianischen Krapfen werden aus Kichererbsenmehl und einigen anderen Zutaten gemacht. Traditionell ißt man sie dann auf einem Brötchen oder zwischen zwei Brotscheiben wie ein Sandwich. Vittorio zeigt euch in diesem Rezept wie man Panelle traditionell, perfekt zubereitet.

Zutaten

- 500 g Kichererbsenmehl
- 1500 ml Wasser
- 8 g Salz
- 15 g frische Petersilie

Zubereitung

- Das Wasser in einen Topf geben und das Kichererbsenmehl durch ein Sieb in das Wasser geben. Salz dazugeben und alles gut verrühren.
- Nun bei mittlerer Hitze kochen und dabei kontinuierlich weiterrühren bis die Mixtur cremig wird und das Wasser komplett absorbiert ist.
- Nun die gehackte Petersilie untermischen und den Herd ausstellen.
- Nun die Mixtur in einen Plastik-Container geben und mit Frischhaltefolie bedecken.
- Wenn alles abgekühlt und fest geworden ist könnt ihr die Scheiben abschneiden und bei etwa 180 Grad mit etwas Öl in einer Pfanne braten.
- Die fertigen Panelle direkt auf ein Brötchen oder zwischen zwei Brotscheiben legen und genießen.



Veröffentlicht von Rome Marriott Grand Hotel Flora

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/panelle/>