

## I fiori di Zucca – una specialitá tipica romana

Die Fiori di zucca, oder auch auf Deutsch Zucchini Blüten, sind eine typische Vorspeise oder Beilage aus der römischen Küche. Vor allem der frittierte Teig um die Blüten ist eine große Besonderheit.

### Ingredienti

- 10 fiori di zucca
- 10 filetti alici sott'olio
- 1 mozzarella piccola
- Olio di arachide

### Per la pastella:

- 160 g farina
- 2,5 g lievito di birra fresco
- 150 g acqua fredda

### Zutaten:

- 10 Zucchini Blüten
- 10 Sardellenfilets
- 1 kleiner Mozzarella
- Erdnussöl

### Für den Teig:

- 160 g Mehl
- 2,5 g Bierhefe
- 150 g kaltes Wasser

### Zubereitung:

Als Erstes muss man alle Zutaten des Teiges zusammenrühren und für 2 Stunden ruhen lassen. Danach muss man die Sardellen und den Mozzarella in kleine Stücke schneiden, damit man die aufgeklappten Zucchini Blüten damit befüllen kann. Dann schließt man die Blüten vorsichtig, indem man die Blätter wieder zusammenlegt. In der Zwischenzeit kann man schonmal das Öl zum Frittieren in einem großen Topf erhitzen. Daraufhin kann man die Blüten in den Teig tunken und sie leicht abtropfen lassen. Wenn das Öl heiß ist kann man die Blüten vorsichtig für wenige Minuten in den Topf legen bis die Blüten knusprig frittiert sind. Schon sind die fiori di zucca fertig!!!



### Quellen:

[Fiori di zucca e alici pastellati - Ricetta tipica romana - Saporoso](#)

[fiori di zucca typisch - Bing images](#)