Non c’è estate senza fritto, da Olitalia l'olio Frienn. LE RICETTE

olitalia-a-beach4eat-con-il-fritto-399feb8c

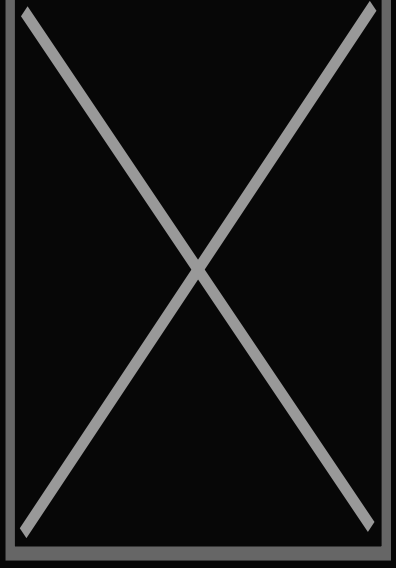
Dallo street-food ai piatti serviti nei ristoranti stellati il **fritto** è quel piatto o portata che, soprattutto d’estate, è protagonista in tutte le regioni d’Italia e in modo particolare delle spiagge. Se fatto bene e mangiato nelle giuste quantità non rappresenta una trasgressione anche per chi è attento ai valori nutrizionali. C’è quindi fritto e fritto e quello che fa sicuramente la differenza è l’olio. Per questo **Olitalia**, azienda italiana che da oltre 30 anni produce e commercializza olii, ha creato **Frienn**.

Frienn, che in dialetto campano significa “friggendo”, nasce in collaborazione con **Pasquale Torrente,** chef salernitano, soprannominato il “re dei fritti”. Frienn è l’olio per frittura, completamente privo di olio di palma, prodotto con olio di semi di girasole coltivati e lavorati esclusivamente in Italia ad alto contenuto di acido oleico (80%) e aggiunta di antiossidanti (tocoferoli ed estratto di rosmarino).

La sua innovativa formulazione, tutelata da brevetto italiano, garantisce la totale assenza di schiuma in frittura, grazie alla stabilità alle alte temperature e all'elevato punto di fumo, permettendo al cibo di non bruciare esternamente. Frienn rispetta il sapore originale degli ingredienti, senza trasferire colore e sapore ai cibi. La valutazione del comportamento dell'olio in frittura è stata effettuata dal Dipartimento di Scienze e Tecnologie agro-alimentari dell’Alma Mater Studiorum - Università di Bologna.

Tra le tante iniziative che Olitalia sostiene e che vedranno Frienn e i fritti come protagonisti c’è anche **Beach4Eat**: un tour, pensato nel pieno rispetto delle regole sul distanziamento sociale, che ha preso il via il 25 luglio e che animerà gli stabilimenti balneari delle spiagge adriatiche in 6 appuntamenti. (dopo il Bagno Adriatico a Cesenatico sarà la volta, l’1 agosto, del Bagno 169 di Cervia (RA), l’8 agosto del Wave di Punta Marina (RA), il 16 agosto del Villaggio Polo Est di Bellaria Igea Marina (RN), il 22 agosto del Coco Loco di Marina di Ravenna e il 29 agosto del Tiki Bagno 26 di Rimini).

I fritti d’autore: le ricette



POLPETTE DI MERLUZZO E PATATE

di **Pasquale Torrente** del ristorante Al Convento di Cetara (SA)

Ingredienti per circa 30 polpette

- 500g filetti di merluzzo freschi
- 300g patate
- 1 uovo
- 1 cucchiaio di olio extra vergine d’oliva
- sale fino
- prezzemolo fresco tritato

per impanare

- 1 uovo
- pangrattato

per friggere

- 1 litro di Frienn

Procedimento

Lavare bene la buccia delle patate ed inserirle in una pentola di acqua fredda. Portare e bollore far cuocere le patate per circa 30 minuti, fino a quando punzecchiandole con una forchetta risulteranno morbide. A parte cuocere il merluzzo a vapore per 7 minuti.

Sbucciare le patate ancora calde e schiacciarle con uno schiacciapatate in una ciotola capiente. Unire i filetti di merluzzo e mescolare con una forchetta. Aggiungere l’uovo, l’olio extra vergine d’oliva e condire con sale e prezzemolo. Mescolare gli ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Rompere l’uovo in un piatto e sbatterlo leggermente con una forchetta. Formare le polpette della dimensione di una piccola noce con l’aiuto delle mani e passarle prima nell’uovo sbattuto, poi nel pangrattato. Friggere con Frienn ad una temperatura di 170°C per circa un minuto, finché le polpette saranno ben dorate e croccanti. Scolarle e lasciarle per alcuni istanti su della carta per fritti prima di servirle.

PIZZA FRITTA CON PROVOLA E CILIEGIE
di **Vincenzo Esposito** della pizzeria Carmnella di Napoli

Ingredienti per circa 4 pizze

per l’impasto
• 3g lievito di birra fresco
• 250ml acqua
• 400g farina 00
• 12g sale fino

per la farcitura
• 100g provola affumicata di Vico Equense, a piccoli cubetti
• 80g ciliegie dei campi Flegrei, denocciolate e tagliate a metà
• pepe nero di Rimbas macinato

per friggere
• 1 litro di Frienn

Procedimento
Sciogliere il lievito di birra nell’acqua. In una ciotola versare la farina e successivamente l’acqua, mescolando con un cucchiaio di legno. Quando la farina avrà assorbito tutta l’acqua, aggiungere il sale ed impastare per almeno 10 minuti, fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.
Lasciare riposare l’impasto coperto con della pellicola per 15 minuti.
Dividere l’impasto in quattro, ottenendo così delle porzioni da 170g l’una. Formare delle palline uniformi e lisce, riporle in un contenitore leggermente oliato, chiudere con il coperchio o della pellicola e lasciare lievitare in un posto fresco per almeno 6-8 ore.

Prelevare una pallina di impasto e stenderla con l’aiuto di poca farina in un disco di circa 22cm di diametro. Disporre su una sola metà la provola a cubetti, le ciliegie e una spolverata di pepe nero macinato.
Ripiegare l’impasto e chiuderlo a mezzaluna, premendo e sigillando bene i bordi.

Friggere in olio Frienn a 185°C, girando la pizza in modo che cuocia bene su entrambi i lati. Scolare la pizza quando sarà ben dorata e lasciarla alcuni istanti su della carta per fritti prima di servirla.