

## ENOGASTRONOMIA

---

### ***Un dolce a tutto miele: la cicerchiata***

di **Niva Florio** – Foodblogger e Copywriter

La **cicerchiata** è un **dolce tipico italiano**, diffuso particolarmente nelle Marche, in Molise, in Abruzzo, ma anche in Umbria e persino a Roma. Viene preparato soprattutto nel periodo del Carnevale, ma gli amanti del miele vogliono gustarlo tutto l'anno.

Si tratta di piccole palline di impasto fritte e poi ricoperte con una cascata di dolcissimo miele, il vero protagonista di questa ricetta e il segreto della sua bontà. Questo rende la ricetta della cicerchiata al miele simile a quella degli struffoli napoletani e alla pignolata calabrese e siciliana.

Nonostante l'abbondante presenza del miele, la cicerchiata non risulta troppo dolce per il perfetto equilibrio di tutti gli ingredienti. Scopriamo insieme come preparare una perfetta cicerchiata, un po' della sua storia e con cosa si sposa questo dolce.

#### **Ingredienti per la cicerchiata al miele**

Per l'impasto:

- 240 g di farina 00;
- 20 g di olio extravergine di oliva;
- 20 g di zucchero;
- 2 uova;
- 1 cucchiaio di vino bianco;
- olio d'oliva o di arachidi per friggere.

Per la glassa al miele:

- 100 g di zucchero;
- 100 g di miele;
- zuccherini colorati;
- canditi (facoltativi).

#### **Procedimento**

1. In una ciotola unite la farina, lo zucchero, le uova, l'olio extra vergine di oliva e un

- poco di vino bianco.
2. Lavorate l'impasto fino ad ottenere un composto omogeneo e abbastanza sodo.
  3. Prelevate un po' di impasto e allungatelo sulla spianatoia fino a farne un bastoncino lungo e sottile;
  4. Tagliate il bastoncino di impasto a gnocchetti;
  5. Ripetete fino a quando non avrete finito l'impasto.
  6. Portate l'olio di arachidi a temperature e friggete le palline.
  7. Quando saranno dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente.
  8. Versate il miele e lo zucchero in una seconda padella e fate caramellare.
  9. Quando la glassa al miele sarà ben dorata, togliete la padella dal fuoco.
  10. In una ciotola mescolate le palline di impasto fritto con il miele molto per far amalgamare bene il tutto.
  11. Ponete il composto su un piatto da portata dandogli la forma di una ciambella o di una piramide; anche dividere le palline in porzioni più piccole e sistemarle nei pirottini.
  12. Guarnite la cicerchiata con frutta candita e zuccherini colorati e fatela raffreddare.

### Curiosità sulla cicerchiata

Le origini della cicerchiata al miele sono incerte. Secondo alcuni il dolce ha una storia antichissima e nacque fra l'Umbria e le Marche per poi diffondersi anche in Abruzzo e in Molise. Secondo altri invece la cicerchiata sarebbe nata in Abruzzo, nella zona del Sangro dove storicamente viene prodotto un miele di alta qualità e 'apicoltura era molto diffusa.

Il nome di cicerchiata risale al medioevo e con molta probabilità deriva da cicerchia, un legume molto diffuso nell'Italia centrale e meridionale dell'epoca. Le palline che compongono il dolce ne ricordano la forma e cicerchiata vorrebbe dire "mucchio di cicerchie".

### Con cosa abbinare questo dolce

La cicerchiata al miele è perfetta se gustata a fine pasto con un bicchierino di **liquore all'anice** o all'**arancia**. Anche un **rum** scuro e invecchiato si sposa bene con questo dolce creando un piacevole contrasto. Se non amate i liquori, potete optare per un buon **vino passito**.

