



## Ricetta piadina romagnola senza glutine

Non tutti sanno che esiste una variante della piadina romagnola per chi soffre di celiachia, questo tipo di preparazione è anche adatta a chi è intollerante alle uova, alla soia ed è vegetariano, insomma è proprio un piatto adatto a tutti. Di solito chi non può mangiare il glutine si deve accontentare di portate poco gustose: per curiosità provate questa ricetta e vedrete che diventerà il vostro piatto preferito.

La preparazione è piuttosto simile a quella della piadina romagnola standard, oltre a non utilizzare grano ricordatevi l'accortezza di cucinare e cuocere su superfici dedicate che non sono mai state a contatto con il glutine e di girare la piada con strumenti pulitissimi che non presentino neanche una millimetrica traccia di farina, in quanto contaminereste il tutto creando delle reazioni allergiche come se nel composto ci fosse del glutine.

Premesso di cui probabilmente eravate già informati (meglio specificarlo una volta in più che una volta in meno) mettetevi all'opera e non e ne resterete delusi.

Ingredienti:

600 gr di farina senza glutine

100 gr di strutto a temperatura ambiente

1 uovo (rende l'impasto "senza glutine" morbido e malleabile)

1 + ½ bicchiere di latte o acqua

1 cucchiaino di miele (facoltativo)

un cucchiaino di sale

una bustina di lievito

1. Metti la farina in una ciotola o sulla spianatoia a fontana, aggiungi lo strutto morbido, l'uovo, il latte o l'acqua e il cucchiaino di miele, per ultimo aggiungi il sale.
2. L'impasto deve essere morbido ed elastico; deve riposare coperto, es. pellicola per alimenti, per circa un'ora a temperatura ambiente, in frigorifero in estate.
3. Infarina leggermente il tavolo da lavoro, dall'impasto preleva piccole porzioni di pasta e tirale con il mattarello. Se non avete occhio ma volete dare una bella forma rotonda alla pasta aiutatevi con un piatto/piattino appoggiato sopra e tagliate.
4. Cuoci le piadine sul testo o più semplicemente in una padella antiaderente ben calda, qualche minuto per lato.

Man mano che la piadina si cuoce in superficie forma delle lievi bolle, che vanno bucherellate con i rebbi della forchetta. I fori creati dai rebbi della forchetta rimangono anche dopo la cottura, "a ricordare il lavoro delle donne davanti al calore del testo bollente".

Il numero delle piadine ottenute con 600 gr di farina è circa 6/7, a seconda di quanto spessa tirate la pasta.

[Read More](#)

---