

**LE RICETTE SUGGERITE DA AIC SARDEGNA
DAI SOCI O DALLE MAMME**



FARINATA

Ingredienti:

- 250 gr. di farina di ceci consentita
- 80 gr. di olio
- 750 gr. di acqua
- sale q.b.



Esecuzione: Mescolate bene a farina di ceci con l'acqua ed il sale e lasciatela riposare per almeno 4 ore. Preparare il tegame per la cottura (possibilmente quello speciale per la farinata, ossia una teglia sottile) ungentene bene il fondo con una buona dose d'olio e versarvi il composto; rimestare sino a che non si sarà amalgamato con l'olio. Mettere infine in forno ben caldo e non levare sino a che la farinata non risulti ben dorata. Si può mangiare così, con un pizzico di sale; ma è anche appetitosa con una puntina di pepe.

**RICETTA SUGGERITA DA :
AIC SARDEGNA**

PUBBLICATA DAL 8 febbraio 2010