

Ingredienti

25 g lievito di birra (1 panetto di lievito fresco)
1 bicchiere di latte
60 g margarina di soia
50 g zucchero di canna
400 g farina bianca
1/2 cucchiaino di sale fino
olio d'oliva
300 g di fiori di zucca freschi lavati e tagliati grossolanamente (privati del gambo)
1 cipolla tritata finemente

Preparazione

Scaldare il latte in un tegamino e sciogliervi dentro la margarina, con l'aiuto di una frusta manuale. Lasciamo intiepidire il latte mentre prepariamo in un recipiente (di ceramica o vetro) lo

zucchero e sbricioliamo il lievito al quale aggiungeremo il latte con la margarina sciolta, mescoleremo per far sciogliere lo zucchero, e copriremo per 15 minuti lasciando fermentare.

Nel frattempo in una ciotola più grande prepariamo la farina con il sale, i fiori e la cipolla, dentro alla quale, dopo i 15 minuti di fermentazione, aggiungeremo gli ingredienti preparati precedentemente.
Mescoliamo energicamente per 10-15 minuti e poi poniamo l'impasto a lievitare in uno stampo per ciambellone, precedentemente unto con olio d'oliva (o in alternativa, io ne ho usato uno in silicone).

Copriamo con un panno pulito e lasciamo lievitare per 1 ora e 30 prima di infornare per 10-15 minuti in forno preriscaldato.

Sforniamo poi quindi e dopo aver fatto raffreddare lo stampo, togliamo il nostro ciambellone dallo stampo.
Tagliato a fettine come aperitivo ma anche a fette più larghe come contorno o accompagnamento ad insalate.

Come snack per una pausa è anche ottimo.