

Galletta integrale al cacao con pesche e crema di ricotta e amaretti

La galletta integrale al cacao con pesche e crema di ricotta e amaretti è un dolce molto semplice e gustoso dai sapori che si sposano perfettamente tra loro!

Ideale per una sana colazione o merenda.



Galletta integrale con pesche e crema di ricotta e amaretti



- Per l'impasto
- 150 g di farina di farro integrale
- 30 g di cacao amaro
- 50 g di olio di cocco
- 50 g di zucchero di canna integrale
- 50 g di acqua
- 5 g di [semi di chia Melandri Gaudenzio](https://www.melandrigaudenzio.com/tipo-prodotto.aspx?id=69)
- Per la crema
- 200 g di ricotta
- 30 g di zucchero di canna integrale
- 30 g di gocce di cioccolato fondente
- 25 g di amaretti
- 10 g di farina di farro integrale
- 5 g di rum
- 1 uovo
- Per completare
- 3 pesche noce sode
- 1 cucchiaino di zucchero di canna
- miele d'acacia

1. Per l'impasto, mettete i semi di chia nell'acqua e fate riposare 15 minuti. Mescolate assieme tutti gli

ingredienti per la pasta, unite il gel formato dai semi di chia. In una ciotola lavorate la ricotta con lo zucchero fino a formare una crema liscia, unite gli amaretti sbriciolati, la farina, il rum e le gocce di cioccolato fondente.

2. Direttamente su un foglio di carta forno stendete la pasta in un rettangolo di circa 20×30, spalmate la crema di ricotta lasciando un bordo di 3 centimetri tutto attorno.
3. Tagliate le pesche a fette sottili e sistematele sulla crema sovrapponendole tra loro, cospargete con lo zucchero di canna. Richiudete la pasta tutt'attorno e spostate la galletta su una teglia da forno.
4. Cuocete in forno caldo 180°C per circa 20 minuti.
5. Togliete dal forno e lucidate con il miele, fare raffreddare prima di consumare.











Cake veg ai lamponi e mousse fondente al sesamo e nocciole

Il cake veg ai lamponi e mousse fondente al sesamo e nocciole si può definire un vero e proprio dolce SENZA. Con questa ricetta mi sono infatti messa alla prova per realizzare un dolce saporito e goloso nonostante le numerose limitazioni, l'ho pensato e realizzato per il contest LA MIA CUCINA DEL SENZA GUSTO IN SCENA 2018 seguendo le regole de **La Cucina del Senza**[®] di Marcello Coronini. La sfida proposta è quella di realizzare ricette prive di sale, grassi e zuccheri, ovviamente ho pensato di cimentarmi nella prova più dura, quella del dolce!!



Confezioni di Venere

Cake veg ai lamponi e mousse fondente al sesamo e nocciole



- Per l'impasto
- 40 g di nocciole
- 40 g di farina di grano saraceno
- 100 g di farina di riso
- 10 g di lievito
- 120 g di datteri
- 100 g di polpa di avocado
- acqua qb
- Per la mousse
- 40 g di nocciole
- 15 g di [semi di sesamo Melandri Gaudenzio](http://www.melandrigaudenzio.com/prodotto.aspx?id=8&idM=7&idT=26)
- 40 g di cioccolato fondente al 100% senza zucchero
- 80 g di datteri
- 100 g di polpa di avocado
- Per decorare
- 60 lamponi circa 250 gr
- granella di nocciole
- [fave di cacao tostate in granella](http://www.melandrigaudenzio.com/prodotto.aspx?id=163&idM=7&idT=104)
- gelatina neutra facoltativo

1. Per la base, tostate le nocciole e tritatele grossolanamente, unitele alle farine ed il lievito.
2. Frullate i datteri con l'avocado fino a formare una crema liscia ed unite i due composti fino a formare una palla omogenea. Se fosse necessario aggiungete un cucchiaino di acqua fredda.
3. Bagnate un foglio di carta forno, strizzatelo bene e foderate una teglia da forno quadrata 20x20.
4. Mettete la pasta e schiacciate con le dita stendendola bene.
5. Cuocete a 180°C per 15 minuti e sfornate.
6. Frullate 15-16 lamponi e stendete un velo di purea sulla pasta.
7. Per la mousse, in una padella fate tostare le nocciole qualche minuto ed unite il sesamo, proseguite la tostatura finché entrambi saranno molto caldi.
8. Trasferite tutto in un frullatore e frullate fino a formare una crema, ogni tanto dovrete fermarvi e staccare la polvere dalle pareti.
9. Unite l'avocado ed i datteri e proseguite a frullare fino a formare una crema liscia.
10. Fate sciogliere il cioccolato fondente ed unitelo alla crema, mescolate.
11. Tagliate il cake in 8 rettangoli e disponete 6 lamponi in ognuno e farcite con la mousse fondente.
12. Decorate con granella di nocciole e granella di fave di cacao tostato.
13. A piacere potete lucidare con della gelatina neutra.

Se preparate la mousse in anticipo prima di farcire scaldatela un minuto al microonde e frullate nuovamente per farla tornare soffice.

Ogni porzione di dolce peserà 110 grammi circa.




Camilla di Venere



Cantina di Venere





Crostata veg gluten free senza zucchero ai cachi

Questa **crostata veg gluten free senza zucchero ai cachi** è un dolce che nonostante i numerosi “senza” risulta molto golosa soprattutto migliora dopo qualche giorno.

Dicevamo, senza glutine, senza zucchero, senza uova, senza burro, senza latte... ma con mandorle, con datteri e con la salsa tahini che mi guardava dal frigorifero terrorizzata dall'essere buttata e invece ha dato un contributo fondamentale per la pasta.

Vi consiglio di conservare la crostata all'interno di una scatola di latta o all'interno di un portatorte, questo oltre a prolungarne la conservazione fa in modo che la consistenza risulti più morbida.





Crostata veg gluten free senza zucchero ai cachi



- Per la pasta
- 80 g di farina di riso impalpabile
- 60 g di farina di grano saraceno

- 60 g di farina di maizena
- 50 g di mandorle con la buccia
- 120 g di datteri medjoul
- 50 g di olio di riso
- 55 g di salsa tahini*
- 1/4 di cucchiaino di gomma di guar
- 80 g di acqua fredda**
- 6 g di lievito per dolci
- Per farcire
- 3 cachi maturi
- *salsa tahini
- 45 g di [semi di sesamo Melandri Gaudenzio](http://www.melandrigaudenzio.com/tipo-prodotto.aspx?id=26)
- 15 g di olio di sesamo o semi

1. Per prima cosa preparate la salsa tahini, in una padella fate tostare i semi di sesamo per qualche minuto, trasferiteli in un mixer da cucina. unite l'olio e frullate finché il composto non diventerà una crema liscia, fate raffreddare. Tostate le mandorle in una padella e frullatele a farina. Lavorate assieme tutti gli ingredienti per la pasta fino a formare una pasta morbida. La quantità dell'acqua potrebbe variare quindi aggiungetene un pò per volta. Stendete 2/3 della pasta tra due fogli di carta forno e foderate uno stampo da crostata da 22 centimetri. Tagliate i cachi ed eliminate la parte interna, tagliateli a fette e farcite la crostata. Stendete la pasta rimasta, tagliate delle strisce larghe e decorate la crostata. Cuocete in forno caldo 180°C per 25 minuti. Fate completamente raffreddare prima di sformare la crostata.
2. Ho usato la gomma di guar per addensare il composto che, essendo privo di glutine e di altri alimenti aggreganti come l'uovo o il burro, tenderebbe a sgretolarsi molto.

La pasta risulta comunque più difficile da stendere rispetto ad una classica frolla.




L'ambrosia di Venere








L'ambasciata di Venere






Confezioni di Venere

CROSTATA INTEGRALE VEGANA AL COCCO CON CONFETTURA DI FRAGOLE E ROSE

Credo che le fragole siano uno dei frutti che meglio si presta per la preparazione dei dolci e quest'anno ho proprio voglia di sfruttarle al meglio. In attesa che arrivino quelle super dolci per preparare una classica confettura da gustare durante l'inverno, ne ho preparata una più particolare con l'aggiunta di petali di rosa. Questo rende la confettura profumata ed aromatica perfetta per arricchire una crostata vegana ed integrale. Il rustico ed il raffinato si fondono assieme creando un contrasto molto ben riuscito.



**CROSTATA INTEGRALE VEGANA
AL COCCO CON CONFETTURA DI FRAGOLE E ROSE
per una crostata da 22 cm**

200 g di farina di farro integrale
100 g di zucchero di canna integrale
60 g di olio di riso

50 g di cocco rapè
50 g di acqua
8 g di cremor tartaro
2 g di bicarbonato di sodio
scorza di limone
350 g di confettura di fragole e rose*

*Per la confettura
600 g di fragole mature
200 g di petali di rose non trattate
200 g di zucchero di canna grezzo

Per la confettura, lavate le fragole e tagliatele in quattro parti. Staccate i petali dalle rose, pesateli e lavateli accuratamente, strizzateli bene e mettete tutto in un tegame antiaderente, unite lo zucchero e fate cuocere 10 minuti finché i petali si saranno macerati. Spostate la confettura in una ciotola, coprite con la pellicola e fate riposare tutta la notte. Al mattino scolate la frutta ed i petali passandola attraverso un colino, schiacciatela con un cucchiaio in modo che perda tutto il sugo. Mettete il sugo nel tegame, fate ridurre di 2/3 ed unite la polpa di fragole. Frullate con un mixer ad immersione e cuocete 30 minuti. Mettete la confettura nei vasi ben sterilizzati, chiudete e girate i vasi, lasciateli capovolti finché la confettura sarà fredda.



Per la crostata, in una ciotola mettete lo zucchero di canna integrale, unite l'acqua e l'olio e mescolate fino a far sciogliere lo zucchero. Unite i restanti ingredienti, tranne la confettura, e lavorate l'impasto fino a formare una palla. Stendete la pasta non troppo sottile, foderate uno stampo da crostata da 22 cm leggermente unto con l'olio. Tenete da parte un po' di impasto per formare la griglia. Riempite la frolla

con la confettura, stendete la pasta rimasta, tagliate delle striscie di 1 centimetro e formate la classica griglia da crostata. Cuocete 25 minuti circa a 180°C. Sformate la crostata quando sarà fredda e conservatela sotto una campana copritorte per 3 giorni.











CROSTATINE INTEGRALI AL FONDENTE ARACHIDI E BANANE

*“Il cioccolato, prezioso oro bruno dal gusto sublime che
sazia ogni palato,
incanta ogni cuore, dal povero al re.
Amaro eppur così dolce,
peccaminoso ma caro agli Dei,
deliziosa spezia che affascina e inebria.
Piccante come l’amore, incarna sentimenti di desiderio e
lussuria.*

*Infiamma lo spirito dell’amante,
Dissipa la nebbia della mente,
Regala il sorriso al bimbo,
ispira l’arte e l’immaginazione,
rinfranca l’anima.*

*Sa ammaliare ciascuno dei 5 sensi in un alchimia di gusti e
profumi eterni,
il cioccolato: frutto mistico di gioia ed estasi.”*

Oltre alla mia sul nuovo numero di Taste&More troverete tante altre ricette a base di cioccolato e tante altre freschissime idee, correte a leggerlo cliccando sulla copertina in fondo al post!

Per visualizzare la ricetta clicca sulla foto.







CROSTATA CHEESECAKE COCCO E MORE

Quella di more è nella mia top five delle confetture preferite e quest'estate non posso di certo lamentarmi per la quantità che ne hanno prodotto i nostri bei rovi che si sono sviluppati a dismisura producendo frutti enormi e dolcissimi. Con la prima raccolta abbondante sono riuscita a fare 3 bei vasetti di confettura che adoro. E per consumare tutti i nuovi frutti che continuano a maturare ho preparato questa crostata ricchissima di more. Una delizia!



**CROSTATA CHEESECAKE
COCCO E MORE**

per una crostata da 22 cm

Per la frolla al cocco

140 g di farina

40 g di cocco raspè

80 g di burro
80 g di zucchero
2 tuorli
succo di 1/2 limone

Per la crema

200 g di robiola
150 g di panna
60 g di zucchero a velo
10 g di succo di limone

250 g di more circa
gelatina di albicocche spray
scaglie di cocco
200 g di confettura di more*

*Per la confettura di more

1,3 kg di more
400 g di zucchero
succo di 1/2 limone



Lavorate assieme tutti gli ingredienti della frolla fino a formare un composto omogeneo. Avvolgete la pasta in pellicola per alimenti e mettete in frigorifero per almeno un'ora. Stendete la frolla non troppo sottile, arrotolatela sul mattarello e poggiatela sul una teglia per crostate dal fondo removibile. Con i rebbi di una forchetta forate tutto il fondo. Coprite con un foglio di carta forno e riempite con dei

fagioli secchi. Cuocete 10 minuti, togliete fagioli e carta forno e proseguite la cottura per altri 15 minuti. Aspettate che si raffreddi per sformarla.

Nel frattempo preparate la crema mescolando la robiola con lo zucchero ed il succo di limone, montate la panna molto fredda ed unitela delicatamente.

Sul fondo della crostata distribuite la confettura e sopra mettete la crema di robiola.

Fate riposare in frigorifero qualche ora prima di servire.

Decorate con le more fresche e le scaglie di cocco. Spruzzate la gelatina su tutta la crostata e servite.

*Per la confettura di more, lavate molto bene i frutti e metteteli in una ciotola con lo zucchero ed il succo di limone. Lasciate macerare per 5-6 ore e trasferite tutto in un tegame dal fondo spesso. Portate a bollire e con un mixer ad immersione frullate a lungo le more. Fate passare la purea attraverso un colino dalle maglie non troppo fitte. Aiutatevi con un cucchiaio a far passare tutta la purea. Rimettete nel tegame e proseguite la cottura per circa un'ora. Fate attenzione a non prolungare troppo la cottura, le more sono ricche di pectina e raffreddandosi la confettura si rapprende molto. Se dovesse indurirsi troppo aggiungete una tazzina di acqua ed invasate.





CROSTATINE AMARETTO ALLA MELA

Il feeling esiste!! L'ho sempre saputo, io più che mai, io che non sono facile e che non faccio amicizia con tutti, ma con "Quelle" persone scatta un legame unico!! Quando ho aperto il blog poi mi sono accorta che il feeling si prova anche attraverso le sole parole, quante volte ce lo siamo dette, ma quando lo tocchi con mano ne capisci il vero significato!! Esattamente una settimana fa cenavo con due ragazze meravigliose Alessia e Bianca! Grazie alla vincita del contest sapori d'autunno, abbiamo avuto la fortuna di essere ospiti a Città di Castello in occasione della mostra mercato del tartufo bianco! Abbiamo passato assieme tutto il weekend, ci siamo divertite tanto, abbiamo riso e ci siamo confrontate con grande spontaneità, come se ci conoscessimo da anni, ci siamo prese in giro, abbiamo parlato di cibo ma non solo.. in poche parole le giornate sono state intense e "ricche", ed io ne porterò un ricordo pieno d'affetto!!

Nella giornata di sabato abbiamo vissuto una bellissima esperienza alla truffle school di Matteo Bartolini, giovane imprenditore e presidente dei giovani agricoltori europei, è stata premiata con un'importante riconoscimento dal ministero delle politiche agricole.

Presso la scuola vengono fornite tutte le informazioni riguardanti il tartufo, la sua crescita, le tipologie, la stagionalità, le caratteristiche, i metodi di pulizia e conservazione, oltre ad alcuni

particolari per riconoscere le qualità migliori. Ma non è finita qui perché accompagnati da magnifici cani addestrati, ci siamo addentrati nel bosco in cerca del tartufo, bellissimo per chi come me non aveva mai provato questa esperienza. Durante questa giornata ho conosciuto anche Maddalena, una vera dolcezza, simpaticissima, semplice e con gli occhi che sorridono. Ma è possibile conoscere allo stesso tempo tre persone e trovarsi tanto bene con tutte? Io credo sia una fortuna!!!

Ragazze vi dedico un dolce, una crostatina semplice fatta con le mele, perché la mela è il frutto per eccellenza ed i dolci che le contengono mi ispirano sempre casa e tenerezza!!!



CROSTATINE AMARETTO ALLE MELE

per 12 crostatine

per la frolla

110 g di burro

20 g di strutto

80 g di zucchero a velo

50 g di tuorli

210 g di farina debole

40 g di amaretti

30 g di mandorle con la buccia

per il ripieno

600 g di mele al netto degli scarti
1 grossa mela
90 g di zucchero
40 g di succo di limone
cannella
30 g di albume
1 cucchiaino di pampeloso
gelatina di frutta



Per la frolla lavorate assieme il burro e lo strutto con lo zucchero a velo, unite i tuorli e quando saranno ben amalgamati unite la farina, gli amaretti e le mandorle che avrete frullato a farina. Formate un impasto omogeneo e

formate una palla. Avvolgetela in pellicola per alimenti e fate riposare in frigorifero per due ore.



Nel frattempo sbucciate le mele e ricavatene 600 grammi, tagliatela a piccoli cubetti e mettetela in una padella assieme allo zucchero, il succo di limone e la cannella a piacere. Fate cuocere circa 30 minuti finché saranno ben cotte, frullatele ed unite il rum e l'albume sbattuto. Stendete la frolla alta pochi millimetri e ricavate 12 cerchi di circa 9 centimetri. Foderate gli stampi delle crostatine e riempitele con due cucchiaini pieni di composta di mele. Sbucciate la mela rimasta, tagliatela a spicchi ed eliminate il torsolo, ricavate tante fettine molto sottili e sistematele

sulla composta. Cuocete le crostatine circa 20 minuti a 180°C. Quando saranno fredde lucidate con gelatina di frutta che avrete sciolto al microonde.





Lombelico di Venere



Con questa ricetta, partecipo al contest : "TUTTOMELE" in collaborazione con UIR, UNIONE ITALIANA RISTORATORI E SAPORIE.

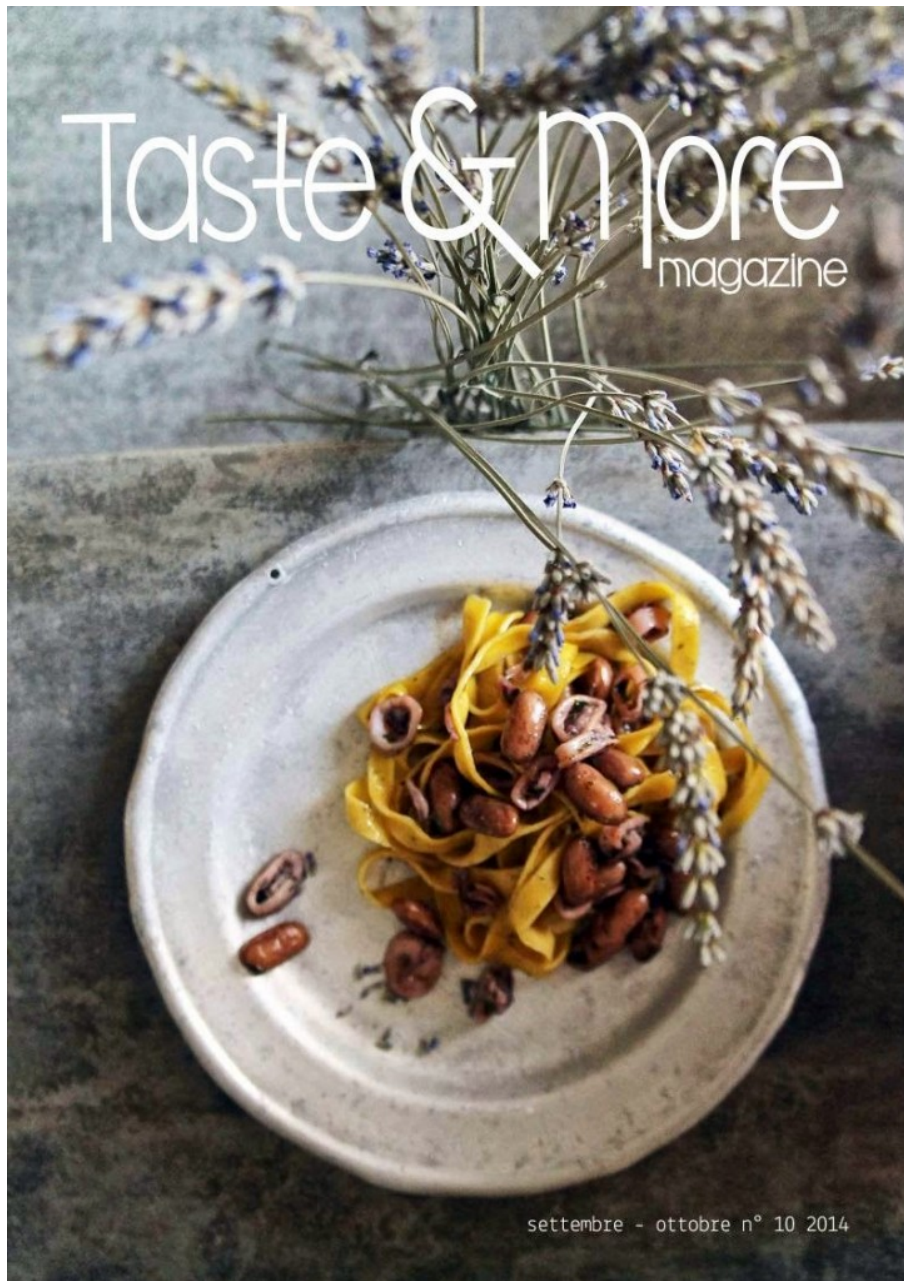


Taste&More magazine n°10

Settembre.. dove tutto ricomincia, tutto riparte... la fine dell'estate, e all'improvviso siamo quasi in autunno, una stagione di passaggio dove ancora sono vivi i ricordi dell'estate che riemergono mentre assaporiamo i gusti della calda stagione che abbiamo racchiuso in un vasetto e chiamiamo confettura. Ma il desiderio di scaldarci inizia piano piano a farsi sentire, voglia di zuppe.. ma di pesce che con i loro avvolgenti profumi ci tengono ancora legati alla bella stagione. La nostalgia di questa stagione lascia così il posto al gusto e alla creatività e con questo spirito noi di Taste&More vogliamo trasportarvi nel nostro mondo!

Come sempre un immenso grazie a tutti quelli che hanno collaborato!!

Per sfogliare la rivista cliccate sulla copertina in fondo al post!



CROSTATA MANDORLATA CON CREMA ALLA ROBIOLA
E CONFETTURA ALLA PESCA



[clicca sulle foto per leggere la ricetta](#)



l'ombelico di Venere



l'ombelico di Venere