TORTA MULTIFRUTTA ALLA MANDORLA

Dal mio viaggio in Thailandia ho riportato sopratutto souvenir gastronomici, pasta di curry gialla, rossa.. latte di cocco, riso, noodle.. e anche delle fantastiche scaglie di cocco tostato, io lo adoro e qui in Italia non sono mai riuscita a trovarlo, anzi se qualcuno sa indicarmi dove lo vendono!! Purtroppo ne ho comprato solo 4 bustine per la paura che arrivasse in polvere. La prima volta l'ho usato per decorare una torta dal gusto esotico preparata per una cena esperimento di piatti thailandesi, proprio da quella torta sono partita per realizzare questa. Quando ho letto del contest di Stefania ho pensato di voler fare un dolce, perché la "sfida" nel farlo senza glutine ed anche salutare mi sembrava più bella, così, dalla ricetta originale, ho eliminato uova e burro e aggiunto la banana, la mela, il latte di cocco e l'olio di semi. Naturalmente la consistenza finale è piuttosto umida e compatta ma il sapore è molto buono, importante è lo sciroppo da aggiungere dopo la cottura che renderà la torta più saporita. Inoltre essendo venerdì è anche 100% gluten free Fri(Day)

TORTA MULTIFRUTTA ALLA MANDORLA

per una torta da 22 cm
120+100 g di ananas fresco*
100 g di banana*
100 g di latte di cocco
90 g di mela renetta*
90 g di farina di riso
80 g di mandorle con la buccia
80 g di olio di semi
70 g di farina di cocco
35 g di fecola di patate
30 g di zucchero di canna
25 g di latte di mandorle pugliese
1 cucchiaino di lievito per dolci

1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio

per lo sciroppo

100 g di ananas fresco

100 g di acqua

50 g di zucchero di canna

2 cm di zenzero fresco

per decorare

ananas fresco

cocco in scaglie tostato

*il peso si riferisce alla frutta pulita al netto degli scarti.

In un frullatore mettete il latte di cocco, l’olio di semi, lo zucchero di canna, il latte di mandorle e tutta la frutta sbucciata e tagliata a cubetti, dell’ananas 120 grammi.

Frullate tutto fino ad ottenere una crema fluida e priva di grumi.
Con un mixer riducete in farina, anche non troppo fine, le mandorle, mettetela in una ciotola assieme alla farina di cocco e versatevi sopra la purea di frutta, amalgamante tutto.
Setacciate la farina di riso assieme alla fecola al lievito e al bicarbonato di sodio, uniteli gradualmente agli altri ingredienti. Tagliate a piccoli cubetti il restante ananase unitelo al composto. Ungete con dell'olio di semi una tortiera e versate l'impasto, livellatelo bene e cuocete a 160°C forno statico, per circa 60-65 minuti, fate la prova stecchino. Nel frattempo preparate lo sciroppo, frullate molto bene l'ananas con lo zucchero e l'acqua, mettete tutto in un pentolino, aggiungete lo zenzero sbucciato e tagliato in quattro pezzi, fate sobbollire finché il liquido avrà raggiunto una cosistenza densa, circa 20/25 minuti.
Sfornate la torta e versatevi sopra uniformemente 3/4 dello sciroppo. Decorate con ananas fresco e scaglie di cocco tostato, servite fredda guarnendo ogni fetta con un cucchiaino di sciroppo.

ombelicodivenere.blogspot.com

ombelicodivenere.blogspot.com

ombelicodivenere.blogspot.com

con questa ricetta partecipo al contest di Stefania

EGG BENEDICT WITH ENGLISH MUFFIN AND BACON, PEANUT AND BANANA PANCAKE, BLUEBERRY AND POMEGRANATE JUICE

Subito ho pensato “magari chiedo se posso fare la mia colazione a rate, oggi potrei fare i muffin, domani i pancake, e dopodomani salsa, uovo e bevanda.. poi loro si fanno un bel collage e creano la mia American breakfast…” mmmhh.. mi sa che non se pò fa!!! Qui ci vuole un giorno di ferie per preparare questa velocissima colazione, ma la cosa più difficile è stata incastrare i tempi, l’uovo all’ultimo quando già è tutto nel piatto, la salsa subito prima intanto che si scalda l’acqua per l’ovetto, i pancake ancora prima, e il succo!?!?… sgrana la melagrana che schizza ovunque, frulla assieme ai mirtilli, filtra tutto…. aiuto.. e pensate che ho avuto la bella idea di fare due versioni.. quindi in mezzo a tutto ciò c’era anche un’altro dolce e un succo che vedrete i prossimi giorni!!! Ok… la chiamano colazione ma se uno non si sveglia alle 5 non può che diventare un pranzo.. io lo ammetto, ho fatto “colazione” alle 13:30!!

Diciamolo, ormai vincere questa gara è diventato impegnativo, il livello è sempre più alto e per il prossimo mese già tremo al pensiero di cosa mi aspetta, chissà chi ci sarà dopo Roberta che questo mese ci ha fatto sudare ai fornelli!! e adesso chi spera più di vincere?!!?

Devo però ammettere che ho una passione per l’America, le loro esagerazioni, le manie.. mi fanno simpatia e quando ho visitato questo paese le ho trovate bellissime da vivere,

forse perchè ero una semplice turista, ma devo dire che da est a ovest il loro senso civico e il rispetto delle regole superano di gran lunga il nostro e per questo li ammiro tanto!
Di colazioni tipiche ne ho fatte diverse e quasi sempre comprendevano i pancake, è stata quindi la prima cosa a saltarmi alla mente, ancora una volta per l'MTC ho pensato all'abbinamento arachidi banane, non so ma per me sono due cose che viaggiano assieme!

EGG BENEDICT WITH ENGLISH MUFFIN AND BACON
PEANUT AND BANANA PANCAKE
BLUEBERRY AND POMEGRANATE JUICE

per due persone

Per gli English muffin

450 g di farina forte
225 ml latte
55 ml di acqua
25 g lievito di birra fresco
2 cucchiaini di zucchero
1 cucchiaino di sale

per la salsa olandese all'arancia

2 tuorli
60 g di burro fuso
1 cucchiaio di succo di arancia
scorza di limone
fior di sale, pepe

Per i pancake

110 g di farina 00
100 g di latte fresco
80 g di yogurt alla vaniglia
35 g di burro fuso
35 g di sciroppo d'agave bio
25 g di composto di arachidi*
1 uovo
1/4 di cucchiaino di bicarbonato di sodio
1 cucchiaino raso di lievito per dolci
succo di limone

per servire

1 banana
sciroppo d'agave bio
mirtilli freschi

*per il composto di arachidi

100 g di arachidi non salate
20 g di sciroppo d'agave bio
1 cucchiaio di olio di semi di arachidi

per il succo

120 g di mirtilli freschi
120 g di succo di melagrana fresco**
100 g di acqua
1 cucchiaino di zucchero

inoltre

2 uova
80 g di bacon

*Fate tostare le arachidi a 200 gradi per 5 minuti, mettetele calde in un mixer con lo sciroppo d’agave e l’olio di arachidi, frullate fino a formare una polvere finissima.
**Per ottenere questa quantità di succo dovrete sgranare circa 3 frutti grossi o 4 medi, mettete i chicchi nello schiaccia papate pochi per volta, e schiacciate, fate attenzione agli schizzi, filtrate per eliminare eventuali semi.

Per gli English muffin, mettete a scaldare appena il latte con l’ acqua, togliete dal fuoco e fatevi sciogliere dentro il lievito e lo zucchero, lasciate riposare una decina di minuti. Versate la farina ell’impastatrice, formate un buco al centro dove verserete il latte con il lievito. Imastate fino a formare una palla liscia, unite il sale, continuate ad impastare per 7-8 minuti. Imburrate una ciotola, mettete

l’impasto, fatelo “rotolare” nel burro e lasciate lievitare fino al raddoppio coperto da pellicola!
Stendete la pasta alta circa 1,5 centimetri, scaldate una padella antiaderente e cuocete i muffin 4-5 minuti per parte regolando la potenza della fiamma per non bruciarli.
Per i pancake mettete un cucchiaio di succo di limone del latte e fare riposare una decina di minuti. Fate fondere il burro, unitelo allo yogurt, all’uovo e al latte, unite lo sciroppo d’agave e mescolate bene, aggiungete la farina il lievito e il bicarbonato setacciati, il composto di arachidi e mescolate poco, giusto il necessario ad amalgamare gli ingredienti. Ungete appena una padella antiaderente, io metto poco burro su uno scottex e lo passo nella padella, quando sarà ben calda versate un mestolo scarso di comosto, questo dipende da quanto volete grandi i pancake. L’impasto che propongo è piuttosto liquido, in questo modo i pancake rimangono più soffici ma difficili da gestire in cottura, se avete un coppapasta da circa 10 centimetri potete ungere la sua circonferenza da un lato, appoggiarlo nella padella e versare l’impasto al suo interno, coprite con un coperchio, al momento di girare il pancake assicuratevi con un coltello, che si stacchi bene dalle pareti, giratelo e terminate la cottura. Ad ogni pancake è necessario ungere nuovamente la padella.
Per il succo, in una ciotola versate il succo di melagrana** i mirtilli, l’acqua e lo zucchero, frullate tutto con il frullatore ad immersione o se preferite con un frullatore normale, filtrate tutto e versate nei bicchieri.
Per la salsa in una ciotola sbattete i tuorli con il succo d’arancia e la scorza di limone, fate fondere il burro.
Mettete la ciotola a bagnomaria facendo attenzione che non tocchi l’acqua, iniziate a montare il composto con le fruste elettriche, dopo qualche minuto iniziate ad unire a filo il burro, montate finchè la salsa avrà una consistenza cremosa, completate con fior sale e pepe a piacere.
Per le uova mettete a scaldare dell’acqua, rompete un uovo in una ciotola, quando iniziano a vedersi le prime bollicine sul fondo, fate scivolare delicatamente l’uovo nell’acqua, lasciate dentro circa 3-4 minuti, dipende anche dalla grandezza delle uova, le mie erano grandi e hanno sfiorato i 5 minuti rimanendo comunque liquide all’interno e con l’albume morbido.

Mentre le uova cuociono frullate il bacon e rosolatelo senza olio, in padella finchè sarà ben dorato.
In un piatto disponete i pancake, sopra mettete delle fette di banana che avrete irrorato con del succo di limone per non farle annerire, alcuni mirtilli freschi e dello sciroppo d'agave a piacere.
Affianco mettete un muffin, poggiatevi sopra l'uovo e sopra ad esso un cucchiaio di salsa, accompagnate con le bricciole di bacon, e servite accompagnando con il succo di mirtilli e melagrana.

con queste ricette partecipo all’MTC di ottobre

BISCOTTI ALLA RICOTTA COCCO E BANANA

Sono appena uscita da 3 giorni di full immersion nel mio tanto “amato” mal di testa, ho sempre dovuto convivere con questa “sofferenza” che però generealmente non durava più di un giorno ma ultimamente sto peggiorando, gli attacchi purtroppo si fanno più frequenti e anche più cattivi, ormai le medicine contano davvero poco e la puntura che faccio a volte non basta, e a sto punto quasi nemmeno due! Speriamo che l’ennesimo controllo stavolta mi porti ad un risultato!
In questi giorni quindi non son nemmeno riuscita ad accendere il computer, mi perdonerete se non vi rispondo ai commenti ma in questo momento piuttosto preferisco passare direttamente dai vostri blog!
Oggi vi lascio questi morbidi e deliziosi biscottini, sono molto versatili io li ho fatti anche con il succo d’arancia e devo dire che non so quali siano i migliori! Io li ho “formati” con la sac à poche ma si possono fare dei mucchietti anche semplicemente con un cucchiaio.

BISCOTTI ALLA RICOTTA
COCCO E BANANA

per circa 30 pezzi

110 gr di burro freddo

130 gr di zucchero
1 uovo grande
150 gr di ricotta
80 gr di banana matura
150gr di farina
60 gr di farina di cocco
20 gr di granella di nocciole
1/2 cucchiaino abbondante di lievito per dolci

la punta di un cucchiaino di biscarbonato di sodio
1/2 cucchiaino raso di sale fino
30 gr di gocce di cioccolato fondente

Lavorate il burro con lo zucchero finchè si sarà formata una crema, unite l'uovo e fatelo ben amalgamare. Aggiungete la ricotta e la banana tagliata a pezzi molto piccoli, mescolate velocemente. Unite la farina setacciata assieme al bicarbonato, il lievito e il sale, infine inserite nel composto la farina di cocco, la granella di nocciole e le gocce di cioccolato.
Inserite tutto in un sac à poche con bocchetta a stella da 18mm e formate dei mucchietti non tanto larghi ma abbastanza

alti (questo perchè in cottura i biscotti tendono ad allargarsi e abbassarsi), mettete le teglie in frigorifero per almeno 2 ore, in questo modo eviterete in parte che i biscotti di schiaccino troppo e perdano completamente la rigatura creata con la bocchetta. Cuocete a 180° forno statico per circa 20 minuti, o almeno fino a doratura. Servite freddi e conservate in una scatola di latta o in un vaso ben chiuso.

con questa ricetta pertecipo al contest Keep Calm And Drink Tea di Valy Cake and

GELATO BISCOTTO ALLA BANANA E ARACHIDI

Un genovese torna a casa dopo aver comprato un costosissima bottiglia di vino rosso, mentre sale per le scale inciampa e cade svenuto, si risveglia in una pozza rossa ed esclama "belin.. speriamo che sia sangue"

avete presente il famoso gelato con le barzellette… io lo adoro e non posso far a meno di leggerle.. questa barzelletta mi è piaciuta e per questo è una delle poche che ricordo e coincidenza le nostre amate ragazze dell'MTC sono proprio genovesi.. ovviamente la cosa è ironica e questi sono luoghi comuni come altri che fanno ridere e finita li…

Al contrario di molte di voi, che come ho letto in giro si sono "spaventate" per il tema dell'MTC del mese leggendo il dettagliatissimo post di Mapi, io subito ho pensato "va beh.. basta seguire la sua ricetta ed è fatta" poi mi son trovata a voler cambiare i gusti e a pensare se dover riequilibrare il tutto… e ho compreso lo spavento di qualcuno…

Comunque blocchetto di fogli alla mano ho iniziato ad annotarmi dati, tabelle, percentuali… roba che a un certo punto non capivo più niente, forse io sono troppo contorta e ho iniziato a ricalcolarmi tutti gli ingredienti delle tre ricette postate per vedere se fossero equilibrati e per confermare se avessi capito il meccanismo… ho pure chiesto delucidazioni alla gentilissima Mapi che mi ha chiarito un po di cosette!!! Alla fine mi son fatta il mio schemino, ho dosato zuccheri, grassi poi ho calcolato l' SCNG per verificare che la percentuale di acqua fosse idonea… che caos!!!
Ho eseguito tutto come al solito mescolando vigorosamente il gelato per 3 volte dopo i riposi in freezer ma mi è sembrato troppo ghiacciato quindi ho fatto questa riflessione "è vero che ho messo gli arachidi frullati e ne ho calcolato i grassi ma in realtà non era pasta di arachidi, anche perchè non son diventati nè una polvere nè tantomeno una poltiglia, ma son rimasti dei piccolissimi gherigli" quindi secondo me non hanno inciso al 100% sulla percentuale di grassi presenti per questo ho frullato il gelato ormai congelato e ho aggiunto una piccola quantità di panna, a mio parere la consistenza è decisamente migliorata.
Se non ho fatto male i conti, dovrei aver ottenuto un gelato con un 10.6% di grassi e un 17.6% di zuccheri.
La ricetta dei biscotti è di Montersino!!!

ombelicodivenere.blogspot.it

GELATO BISCOTTO ALLA BANANA E ARACHIDI

per 9 gelati 10×7 cm
300 ml di latte fresco intero
75 ml di panna fresca
60 gr di tuorli
60 gr di arachidi
70 gr di zucchero +1 cucchiaio
300 gr di banana
2 cucchiai di succo di limone

per i biscotti

250 gr di farina per crostate
125 gr di burro
100 gr di zucchero a velo
65 gr di uova intere
12 gr di tuorlo
4 gr di lievito per dolci
15 gr di cacao amaro

Per il gelato, montate i tuorli con lo zucchero, nel frattempo fate scaldare il latte, rovesciatelo sul composto montato, mescolate bene e rimettete sul fuoco. Sempre mescolando cuocete la crema fino a 85° o fin quando il cucchiaio immergendolo ne uscirà velato, l' importante è non portare mai a bollore!!

Trasferite la crema in una ciotola e immergetela in un contenitore con del ghiaccio, continuate a mescolare finchè sarà freddo, riponete in frigo almeno un paio d'ore.

Frullate la banana con il succo di limone e 1 cucchiaio di zucchero, frullate le arachidi e unite tutto alla crema assieme alla panna.

Riponete in freezer per un'ora circa poi mescolate con una frusta finchè i cristalli di ghiaccio si saranno rotti e il composto sarà omogeneo. Rimettete in frigo e ripetete l'operazione altre 2 volte. Alla fine mettete il gelato in un contenitore dove rimanga di un'altezza di un centimetro abbondante.

Per il biscotto montate il burro con lo zucchero finchè il composto sarà omogeneo unite uova e tuorlo, quando sarà ben assorbito unite la farina, il cacao e il lievito. Formate una palla avvolgetela nella pellicola e mettetela a riposare in frigo qualche ora, riprendete la pasta e stendetela sottile

pochi millimetri. Tagliate i biscotti della misura che desiderate e cuoceteli a 200° per 5 minuti.
Sembreranno crudi e subito sono molto morbidi ma vanno bene così, raffreddandosi si rassodano anche se rimangono comunque un po delicati. Non toglieteli dalla teglia appena sfornati perchè rischiate di romperli. Fateli completamente raffreddare.
Tagliate il gelato in rettangoli della stessa misura del biscotto e posizionatelo sul rovescio di uno di questi, chiudete con un secondo biscotto avvolgete con della pellicola e riponete in freezer.

con questa ricetta partecipo all’MTC di luglio

CUBETTI ALLE BABANE E COCCO

Sul bellissimo blog della signorina PICI E CASTAGNE ho visto degli invitanti muffin alle banane, allora nella mia testa si è insidiato il pensiero di questo frutto, guarda caso in dispensa ce ne sono giusto 3 che sono sulla via del tramonto.. mi è saltato alla mente un dolce che ho visto tante volte sfogliando le mie dispense fatte di fogli strappati dalle varie riviste e tutti catalogati per categorie, nella categoria torte alla frutta e cocco c’è la ricetta di questi

cubetti, l’ho leggermente modificata ed eccovi la ricetta.
E’ ottima per la merenda e ha un’odore un po esotico!!!

CUBETTI ALLE BANANE E COCCO

per una teglia 26×18

per la base

120 gr di zucchero semolato
80 gr di burro
150 gr di farina
1 uovo
1/2 cucchiaino di lievito
1 pizzico di sale

per la crema

2 uova
90 gr di farina di cocco

60 gr di zucchero semolato
rum
2 banane+per decorare
1/2 limone
cannella
zucchero a velo

Per la base, montate il burro assieme allo zucchero fino a formare un composto spumoso, unire l'uovo e quando sarà amalgamato, la farina setacciata col lievito e il sale, ricoprire una teglia con carta forno e stendere subito la frolla per coprire tutto il fondo, io l'ho stesa con le mani direttamente dentro la teglia senza lasciare bordi. Mettete in freezer per 15 minuti, accendete il forno a 180° statico e cuocete 20 minuti.
Nel frattempo affettate le banane e bagnatele col succo del limone e spolveratele con la cannella.
Per la crema mescolate le uova con lo zucchero, unire la farina di cocco e un cucchiaio di rum.
Distribuite uniformemente le banane sulla frolla e sopra mettete la crema, livellatela e cuocete 25-30 minuti a 180°.
Tagliate a cubetti spolverizzate con zucchero a velo e a piacere decorate con pezzi di banana.

BUDINO DI YOGURT ALLA FRUTTA

Oggi è una splendida giornata, ci sono 18° e la voglia di mare si fa sentire, ma la voglia di mettere il costume mica tanto.. quindi si pensa subito a rimettersi in forma e ho pensato che solitamente, almeno per quanto riguarda me, quando si fa una dieta la cosa più difficile da avere light è il dolce, per questo ho deciso di provare a farne uno gustoso ma ovviamente povero di grassi.

BUDINO DI YOGURT ALLA FRUTTA

(per 2 budini grandi o 4 piccoli.. dipende quanto è rigida la dieta)

250 g di yogurt greco TOTAL FAGE 0%
200 g di pere mature

120 g di banana
16 gocce di dolcificante tic
15 g di cocco rapè
3 cucchiai di liquore al cocco
6 g di colla di pesce
1 kiwi
ananas fresco o in scatola in succo d’ananas

Mettere la colla di pesce in ammollo in acqua fredda per 10 minuti.
Frullare assieme le pere, le banane, lo yogurt, il dolcificante e la farina di cocco fino a formare una crema omogenea senza grumi o pezzi di frutta.
In una tazza mettete la colla di pesce ben strizzata con il liquore al cocco, fate sciogliere mettendo pochi secondi al microonde, adesso mettete un cucchiaio di crema sulla gelatina e mescolate, continuate con qualche altro cucchiaio finche il composto con la gelatina si è raffreddato, io faccio così quando devo unire la colla di pesce, ovviamente sciolta e calda, ad un composto freddo perchè lo sbalzo di temperatura fa si che la colla di pesce a contatto con il composto freddo si solidifichi subito creando dei grumi di gelatina sgradevolissimi nel vostro dolce.
Mettete negli stampi da budino e lasciar solidificare in frigo per circa 4 ore, sformare e decorare con pezzetti di kiwi e ananas.
Cremoso, fresco e leggero..
ps. se non vi piace il cocco potete tranquillamente non metterlo e potete sostituire il liquore con del latte.

ombelicodivenere.blogspot.it