

Zuppa di cachi piccante ai 5 gusti

La zuppa di cachi piccante ai 5 gusti è una portata particolare e molto sfiziosa, perfetta per chi ama i contrasti. In questa zuppa troverete tutti i sensi.. il salato e saporito dei formaggi, l'amaro delle fave di cacao, il dolce del caco e l'acido dello yogurt.. in più anche il piccante. A questo si aggiungono anche le varie consistenze dal cremoso della quenelle, il liquido del caco ed il croccante del pane e delle fave.

Questa ricetta la potete trovare anche nell'ultimo numero di Taste&More assieme ad altre fantastiche ricette per un capodanno "Crazy" ricco di stuzzichini che alieteranno l'ultimo giorno di questo 2017. Cliccate sulla finestrella in fondo al post per visualizzare il magazine!!



Zuppa di cachi piccante ai 5 sensi



- 300 g di polpa di cachi
- 10-12 gocce di tabasco
- 4 cucchiaini di olio extravergine
- Per le quenelle
- 200 g di caprino
- 150 g di ricotta fresca
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- Per completare
- 4 cucchiaini di yogurt bianco magro
- 2 fette di pane nero ai semi
- 1 spicchio di aglio
- olio extravergine d'oliva
- timo fresco
- maggiorana fresca
- fave di cacao tostate Melandri Gaudenzio

1. Tagliate i cachi, circa 3, eliminate la parte chiara all'interno e prelevate la polpa. Frullatela con il tabasco e l'olio e distribuitela in quattro ciotoline. Variegate la zuppa con un cucchiaino di yogurt bianco magro (un cucchiaino per ogni porzione). Lavorate assieme la ricotta, il caprino e l'olio fino ad ottenere una crema liscia, con due cucchiaini formate le quenelle e ponetene una al centro di ogni ciotola. In una padella

fate rosolare uno spicchio di aglio intero con due cucchiaini di olio, unite il pane tagliato a dadini molto piccoli, fate tostare il pane, togliete dal fuoco, eliminate l'aglio e completate con le erbe aromatiche. Distribuite il pane sulla zuppa, completate con le fave di cacao tostato e servite.







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




Confezioni di Venere

