

Porridge allo yogurt lampone e zafferano

Eccole le ferie estive.. le tanto attese ferie estive, mi sono sempre sembrate come il capodanno, come se dovessero rappresentare la fine di qualcosa, come se prima delle vacanze, o prima dell'anno nuovo, si dovesse chiudere qualche cerchio per poi ripartire. C'è chi fa resoconti, l'elenco dei buoni propositi.. è una cosa che non ricordo di aver mai fatto, ho sempre pensato che il tempo scorre e basta, in realtà traccio delle linee quando ne sento il bisogno, tante piccole linee. Negli ultimi anni ne ho tracciate parecchie, mi rendo conto di aver avuto la fortuna di riuscire finalmente a cogliere i segnali a capire come ribaltare i punti di vista o come riuscire a vederli entrambi per decidere da quale parte stare o se stare anche da entrambe.. perché si deve sempre prendere una posizione netta? Perché si deve sempre avere ragione? capita, a volte, che il punto di vista di qualcuno ci faccia capire che sbagliamo, o che esistono altre vie, o che l'idea che ci si è fatti di un comportamento altrui non corrisponda a quello reale, il confronto è tutto. Quello che oggi non farei mai, domani potrebbe essere l'unica strada che voglio percorrere per questo ho imparato a non giudicare, la possibilità di ritrovarsi in qualsiasi tipo di situazione è reale. Ho pianto, ho detto cose brutte, ho avuto paura, a tratti mi sono quasi arresa, non mi son piaciuta, mi sono offesa, ma soprattutto ho parlato tanto, tantissimo, ho parlato tanto e mi sono confrontata con persone meravigliose, aperte, empatiche, commoventi che ho l'immensa fortuna di aver incrociato sul mio cammino, e che sono state lì con me anche nel mio buio più profondo, qualcuno c'era già, tanti sono arrivati al momento giusto come un grande dono, ognuno con uno scopo che ho compreso. Parlo tanto con me stessa e mi guardo dentro per rendermi conto che farlo davvero può essere

pericoloso quanto rivoluzionario. Spesso non si vuole vedere veramente perché nemmeno noi sappiamo davvero chi siamo, è complicato affrontarsi ed è difficile e quasi sempre doloroso, per me lo è stato ma era inevitabile. Probabilmente è andato tutto come doveva, se mi guardo indietro mi rendo conto di come gli eventi si siano incastrati tra loro, di come ogni persona incontrata, ogni frase sentita, ogni situazione vissuta sia stata un percorso, come ciò che sembrava un dolore o una difficoltà insormontabile sia stato in realtà una spinta verso la crescita o si sia rivelato una grande opportunità per un "dopo" decisamente migliore. Non ottenere qualcosa o perdere qualcosa ci crea dolore, lo viviamo come una sfortuna, e se invece fosse una protezione, se ci tenesse solo lontani da una strada sbagliata, se ci stessi rendendo liberi per qualcosa di migliore per noi che deve arrivare? Da quando ho aperto mente e anima piccole frasi, piccoli concetti, piccole cose apparentemente insignificanti mi portano consapevolezza dirompenti e inaspettate che sento mi rendono forte e migliore. Mi sento ripetere la stessa frase da alcune persone che mi conoscono da decenni... *"non ho mai visto nessuno cambiare così tanto così in fretta"* a volte non mi rendo conto bene nemmeno io che sia successo, come sia stato possibile e mi sento lusingata, mi sento fortunata ma da sistemare c'è ancora tantissimo, cammino su un filo sottile, cadere è un attimo, bisogna stare sempre all'erta perché in realtà sono solo microscopici passi, la strada è infinita...

Ma dicevamo, le ferie.. quando sento questa parola la associo a relax, spensieratezza, calma! La colazione è un momento che trovo in assoluto rilassante.. una bella colazione fatta con calma, con i piedi sulla sedia ed un braccio che avvolge le ginocchia, con il respiro lento e profondo, lo sguardo ancora assennato, i segni del cuscino sulla faccia, le occhiaie ancora ben visibili, una tazza piena del caffè bollente della moka e la mente sognante ma soprattutto senza i minuti contati per andare al lavoro.

Odiavo tutto ciò che era molle e inzuppato, la parola *porridge* mi faceva quasi senso e non avrei mai creduto di poterlo mangiare. Ma, giustamente, anche in questo si cambia. Il mio in realtà è un finto porridge perché non ho fatto ammolare i fiocchi d'avena nell'acqua e non li ho cotti nel latte, li ho solamente lasciati ad ammorbidirsi nello yogurt greco per una notte, ma per questo vi rimando alla ricetta! Lo zafferano mi piace in modo particolare nei dolci ma a mio gusto risulta stucchevole per questo lo abbino a qualcosa di aspro come i lamponi ed il kiwi. Potete utilizzare anche degli agrumi o dei chicchi di melagrana in alternativa quando di stagione.



Porridge allo yogurt con zafferano e lamponi

- 300 g yogurt greco 0%
- 150 g bevanda alla mandorla (senza zucchero)
- 60 g fiocchi d'avena
- 60 g lamponi freschi
- 30 g CaoZen (Melandri Gaudenzio)
- 1 bustina di zafferano
- 1 kiwi
- mirtilli freschi

1. La sera prima mettete in una ciotola i fiocchi d'avena con lo yogurt greco e la bevanda alla mandorla, mescolate, coprite bene la ciotola con della pellicola e riponete in frigorifero.
2. Il mattino seguente dividete a metà il composto, in una metà mettete lo zafferano e nell'altra i lamponi lavati, mescolate bene entrambi, i lamponi si differenziano mescolando.
3. Sbucciate il kiwi e tagliatelo a dadini, lavate ed asciugate i mirtilli.
4. Sul fondo di due ciotole mettete qualche dadino di kiwi, qualche mirtillo e un cucchiaino di CaoZen, fate un primo strato con il porridge al lampone, fate un secondo strato di frutta e CaoZen, proseguite con il porridge allo zafferano e decorate con la frutta ed il CaoZen rimasti.
5. Consumate subito.

Se preferite dolcificare il porridge potete aggiungere un paio di cucchiaini di miele o di malto di riso o sciroppo di

datteri.







Amelia di Venere



Torta di zucca fondente senza cereali, zucchero e grassi

La **torta di zucca fondente senza cereali, zucchero e grassi** è un dolce molto gustoso dalla consistenza cremosa e umida. La preparazione è semplice e piuttosto veloce, il passaggio più lungo sarà la cottura della zucca ma potete farlo in anticipo.

Questa torta è perfetta per la colazione o per colmare la voglia di dolce senza tanti sensi di colpa, ogni porzione di torta ha circa 190 calorie.



Questa torta è totalmente priva di cereali e di zuccheri, ha pochissimi grassi naturali, quelli dell'avocado.

Per la torta

- 450 g di polpa di zucca cotta e strizzata (circa 750 cruda)
- 70 g di cioccolato fondente all'85%
- 30 g di farina di mandorle degrassata**
- 12 g di stevia
- 10 g di cacao amaro magro
- 6 albumi
- scorza di 1 arancia
- 1 bustina di lievito
- 40 g di burro di mele*

Per la farcitura

- 150 g di polpa di zucca (circa 250 cruda)
- 100 g di avocado
- 80 g di burro di mele*
- 25 g di cioccolato fondente all'85%
- 12 g di cacao amaro magro
- 5 g di stevia

Per decorare

- 20 g di granella di fave di cacao tostate***
- 100 g di lamponi freschi
- 5/6 mandorle

1. Per prima cosa sbucciate la zucca e tagliatela a fette sottili, sia quella per la torta che per la farcitura. Chiudetela tra due fogli di alluminio da cucina e cuocetela in forno per 40 minuti a 180°C. Una volta fredda mettete la zucca in un canovaccio pulito e strizzatela privandola dall'acqua. Fate sciogliere il cioccolato fondente a bagnomaria. Frullate la zucca per la torta ed unite la scorza di arancia, il cioccolato fondente ed il burro di mele, mescolate il tutto ed aggiungete il cacao magro ed il lievito setacciati, la farina di mandorle e la stevia. Montate gli albumi a neve ferma ed uniteli al composto. Dividete il composto in due parti e versatele in due stampi a cerniera da 18 centimetri foderati di carta forno. Cuocete a 180°C per 35 minuti, sfornate e fate raddreizzare. Per la farcitura frullate la polpa di zucca con la polpa di avocado, il burro di mele ed il cioccolato fuso, unite la stevia ed il cacao magro setacciato, mescolate. Sul piatto da portata disponete il primo strato di torta, farcite con la metà della crema, coprite con il secondo strato di torta e completate con la farcitura. Decorate con i lamponi, la granella di fave tostate e le mandorle tritate.

*la ricetta del burro di mele senza zucchero la trovate qui

Il burro di mele può essere sostituito con altrettanta polpa di zucca aumentando un pochino la quantità della stevia in base ai propri gusti.

**in alternativa utilizzate farina di mandorle normale o farina di cocco

*** prodotto di Melandri Gaudenzio











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



L'ombelico di Venere



MUFFIN INNAMORATI CON CUORE AL LAMPONE

Leggere è senza dubbio bellissimo. Sono sempre stata una persona piuttosto in contrasto con i libri. Ammetto di essere purtroppo pigra e ultimamente leggo troppo poco, un po' perché dovrei avere tempo per ricercare dei libri che mi piacciono, un po' perché se inizio un libro diventa una sorta di droga. Ricordo da ragazzina che mi svegliavo alla notte e non riuscivo più a dormire perché avevo il pensiero di sapere come finiva il mio libro. Sono molto curiosa e la mia fissa quando inizio un libro è leggere l'ultima frase.. lo so.. magari mi rovino il finale anche se fino ad ora non è mai successo, e comunque è più forte di me!! Amo tantissimo i thriller e i gialli, quelli con l'assassino, ho una collezione di circa 60 libri di Agatha Christie che adoro. Da adolescente però volevo scrivere un libro romantico, ricordo che io ed una mia compagna facevamo leggere i capitoli all'insegnante che li correggeva. Amavo i finali incerti.. quelli che non si capisce come va a finire, quelli che a me fanno tanta rabbia.. ma io potevo scriverli perché in fondo nella mia testa poi sapevo come andava a finire!!!

E dopo il libro romantico passai alle poesie, più che altro mi piaceva il pensiero perché credo di non averne mai scritte, ma di sicuro le leggevo. Da ragazzina infatti, prima di dormire leggevo sempre un libricino di

poesie, non ricordo come si chiamava e purtroppo non l'ho più trovato ma ricordo

perfettamente una poesia che mi si è scolpita nella mente. Il mio primo pensiero è andato a lei quando ho letto che la sfida mensile dell'MTC questo mese prevede di realizzare un muffin ispirato ad un testo letterario.

***“IL MIO CUORE ILLUMINAVA TUTTO
E C'ERI TU, CON LA MIA LUCE IN MANO,
ACCANTO A ME SENZA SAPERLO“***

La adoro, in poche parole rende un significato immenso! Il mio

muffin è piuttosto semplice ma è decisamente innamorato. Ho pensato di creare due metà che rappresentano lui e lei ed un "cuore" unico al centro che li unisce.



Questo mese il terzo giudice dell' MTC è la mitica Francesca Carloni che nel suo blog spiega nei minimi dettagli come realizzare un muffin perfetto. Le indicazioni che ci dona sono fondamentali. Vi consiglio di andare a leggere sul suo blog tutte le indicazioni.

PS. La foto del muffin tagliato è stata fatta diversi giorni dopo perché mi sembrava importante far vedere il cuore all'interno ed inizialmente non l'avevo fatta, però la consistenza non era più come appena fatti ma più "asciutta"

**MUFFIN INNAMORATO
CON CUORE AL LAMPONE**

per 9 muffin medi

per i muffin

2 uova

250 g di farina

80 g di zucchero

8 g di lievito per dolci

1/2 cucchiaino di bicarbonato

130 latte

65 g di burro

130 mascarpone

per la parte al fondente

20 cacao

80 g di cioccolato fondente

per la parte al cocco

20 g di farina di cocco

80 g di cioccolato bianco

per il cuore

100 g di lamponi freschi

5 g di maizena

25 g cioccolato bianco

15 g di zucchero

20 g di acqua



Per prima cosa preparate i “cuori” di lamponi. In un pentolino mettete i lamponi con l’acqua e lo zucchero, lasciate cuocere una decina di minuti. Frullate con il mixer ad immersione e filtrate per eliminare i semi. Nel pentolino mettete la maizena ed unite poca polpa di lamponi, mescolate bene eliminando i grumi, unite la restante polpa ed il cioccolato bianco tritato, mescolate continuamente. Quando inizia a sobbollire togliere dal fuoco e dividere il composto negli stampini per fare il ghiaccio. Mettete il freezer fino a congelamento.

Assicuratevi che tutti gli ingredienti per il muffin siano tiepidi e non da frigo.

Per la parte liquida, sbattete il burro ammorbidito con lo zucchero fino a renderlo una crema. Unite le uova ed

amalgamatele al composto. Unite il latte ed il mascarpone. Mescolate bene fino a creare un composto omogeneo poi dividetelo in due parti uguali.

Dividete a metà tutti ingredienti secchi setacciati e disponeteli in due ciotole distinte. In una delle due aggiungete il cacao setacciato e le gocce di cioccolato fondente, nella seconda la farina di cocco e le gocce di cioccolato bianco. Versate la parte liquida una parte nel composto fondente e una parte in quella al cocco. Mescolate con un cucchiaino il minimo indispensabile per amalgamare assieme i due composti, se rimarranno dei grumi non cercate di eliminarli continuando a mescolare ma lasciateli.

Riempite i pirottini per metà nel senso verticale, con la parte al cioccolato. Prendete i cuori di lampone ed affondateli circa a metà del composto. Riempite l'altra metà con il composto al cocco.

I pirottini dovranno essere pieni fin quasi al bordo. Mettete i pirottini nella teglia per muffin. Cuocete a 180°C per circa 20 minuti. Fate comunque la prova stecchino.

Conservate i muffin in una scatola di latta.



l'ombelico di Venere





l'ombelico di Venere



 L'ombelico di Venere



 L'ombelico di Venere



l'ombelico di Venere

Con questa ricetta partecipo all'MTC di novembre



SEMIFREDDO AL MIELE CON SALSA AI LAMPONI

Sono stata assente nelle ultime settimane perché ero in vacanza in Thailandia, ma oggi non voglio parlare di questo ma della splendida iniziativa di cui sono venuta a conoscenza proprio durante la mia assenza.

Tutto è partito da un post di Annamaria che ha parlato delle donne di Bratunac, della loro tragica storia e della loro capacità di ricominciare reinventandosi una vita. Queste donne sono state coinvolte in un bellissimo progetto "Lamponi di pace" che prevede la coltivazione e la lavorazione dei frutti di bosco dando così vita a succhi di frutta, confetture e altri prodotti.

La solidarietà di oltre 300 food blogger ha fatto sì che l'8 marzo si trasformasse in una giornata rivolta a loro dedicandogli una ricetta a base di lamponi. Purtroppo non ho potuto essere presente come tutte in questa giornata ma voglio farlo ora, perché in fondo credo che per rendere onore a questo tipo di iniziative non ci sia un limite di tempo.

Con questa iniziativa, i food blogger che aderiscono a "unlamponelcuore" intendono far conoscere il progetto "lamponi di pace"

della Cooperativa Agricola Insieme (<http://coop-insieme.com/>), nata nel giugno del 2003 per favorire il ritorno a casa delle donne di Bratunac, dopo la deportazione successiva al massacro di Srebrenica, nel quale le truppe di Radko Mladic uccisero tutti i loro mariti e i loro figli maschi. Per aiutare e sostenere il rientro nelle loro terre devastate dalla guerra civile, dopo circa dieci anni di permanenza nei campi profughi, è nato questo progetto, mirato a riattivare un sistema di microeconomia basato sul recupero dell'antica coltura dei lamponi e sull'organizzazione delle

famiglie in piccole cooperative, al fine di ricostruire la trama di un tessuto sociale fondato sull'aiuto reciproco, sul mutuo sostegno e sulla collaborazione di tutti. A distanza di oltre dieci anni dall'inaugurazione del progetto, il sogno di questa cooperativa è diventato una realtà viva e vitale, capace di vita autonoma e simbolo concreto della trasformazione della parola "ritorno" nella scelta del "restare".

Altre informazioni qui, nel sito della cooperativa, e nella pagina FB

#unlamponecuore



SEMIFREDDO AL MIELE CON SALSA AI LAMPONI



ingredienti per 4 persone:

150 g di panna fresca

50 g di miele d'acacia

40 g di lamponi disidratati

30 g di nocciole

20 g di pistacchi non salati

30 g di albume

15 g di zucchero semolato

per la salsa:

200 g di lamponi freschi

40 g di zucchero semolato

ambelicodivenere.blogspot.it

In una padella mettete a caramellare 2 cucchiaini di zucchero, oltre a quello indicato, appena lo zucchero sarà sciolto e di colore chiaro, spegnete il fornello e unite nocciole e pistacchi, fateli amalgamare al caramello e versate tutto su un piano coperto di carta forno. Lasciate raffreddare.

Mettete in ammollo i lamponi disidratati in acqua fredda.

In un pentolino mettete lo zucchero e il miele, mettete sul fornello e fate sciogliere, portate a 120°C. Nel frattempo montate gli albumi, versate poi a filo lo sciroppo sempre montando, ma fate attenzione a non far cadere il liquido sulle fruste altrimenti schizzerà ed è bollente. Continuate a montare gli albumi finché saranno freddi. Montate a neve ferma la panna fresca ed unitela delicatamente all'albume.

Tritate le nocciole i pistacchi e i lamponi ben strizzati e

asciutti, per la decorazione potete tenere da parte qualche nocciola o pistacchio, unite il tutto al composto di panna e albume. Versate negli stampini monoporzione e fate rassodare in freezer per almeno 4 ore.

Per la salsa, lavate bene i lamponi e metteteli in un pentolino assieme allo zucchero, quando questo sarà sciolto togliete dal fuoco e frullate con un mixer ad immersione. Passate tutto al setaccio per eliminare i semi e fate raffreddare.

Servite il semifreddo appena tolto dal freezer con la salsa e qualche lampone fresco.



INSALATA AFFUMICATA AL LAMPONE

Sono passate almeno due settimane dall'ultima volta che ho preso in mano la macchina fotografica per immortalare un mio piatto, a parte la torta di compleanno per mio nipote di sabato scorso...

I giorni scorrono velocemente, la mia stanchezza sembra prendere il sopravvento e ormai non c'è ginseng che tenga.. vi capita di correre correre e non concludere niente? immagino di sì, nel weekend appena ho un'attimo dormo, diciamo appena mi appoggio, tra settimana oltre al lavoro e alla piscina il resto del tempo mi scorre via in un lampo.. avete presente quella pubblicità che fan per radio che dice più o meno *"..quanto tempo durano 24h.. durante un convegno? una settimana. a pranzo dai suoceri? almeno due settimane. E al volante della tua (auto)?.. come? già passato?"* si vede che io sarò perennemente al volante di quest'auto!! Comunque non è che io non abbia voglia di cucinare è che forse ho troppe cose da mettere in pratica e stringi, stringi finisco per non far nulla, ho molte idee che mi frullano in testa anche per la sfida mensile dell'MTC, il vincitore propone una caesar salad, devo dire che son stata molto contenta della ricetta visto le numerose varianti che propone e visto che finalmente l'estate è esplosa senza passare dal via, qui inizia a fare decisamente caldino e dei bei piatti di insalata sono molto invoglianti!

Il pane integrale alle noci* è fatto con le mie manine, mi sto "lanciando" con la panificazione.. ma questo è un'altro post e più avanti vi farò sapere!!!!



INSALATA AFFUMICATA AL LAMPONE

per 2 persone

un cuore di insalata iceberg

1 cetriolo piccolo

100 gr di salmone affumicato Irlandese

*2 fette di pane integrale alle noci

semi di papavero

per il condimento

25 gr di scamorza affumicata

30 gr di lamponi freschi

50 gr di olio extravergine d'oliva

10 gr di aceto balsamico di Modena



Abbrustolite il pane e tagliatelo a cubetti.
Lavate le verdure, tagliate a fette il cetriolo e spezzettate l'insalata, disponete sul fondo del piatto. Taglaite il salmone a striscioline e mettetele sulle verdure, cospargete coi cubetti di pane e i semi di papavero.
Per il condimento, frullate i lamponi e passateli nel colino in modo da eliminare i semi, unite l'olio e l'aceto balsamico, frullate tutto assieme alla scamorza finchè non sarà diventata una crema liscia, condite l'insalata e servite.



con questa ricetta aprtecipio alla sfida mensile dell'MTC



CIAMBELLA COCCO E LATTICELLO

Ma voi vi ricordate quando eravate piccoli?!! io ho pochi ricordi ma quelli che ho sono molto chiari, ricordo di un giorno, avrò avuto 4-5 anni, avevo una gonna rossa a balze e una maglietta bianca fatta ai ferri, i capelli legati e mi nascondevo dietro a delle colonne perchè non volevo essere fotografata, ero arrabbiata e col muso lungo.. odiavo le foto, ne ho una marea dove sto correndo furiosa incontro al fotografo urlando con le braccia in alto e i pugni chiusi, nella speranza di arrivare in tempo per fermare lo scatto, come cambiano le cose, i gusti, le passioni.. una però non mi è passata, quella di calimero!!

Ricordo che da piccola lo adoravo ed era molto “di moda” ai tempi, non so chi mi avesse regalato un suo peluche ma ho stampato nella mente la scena in cui entro nell’atrio dell’asilo, che allora mi sembrava immenso, e tutti i bimbi mi corsero incontro invidiosi del mio nuovo amico e io ero orgogliosissima di averlo tutto per me, ricordo bene quella sensazione!!

Beh.. anche qui ho trovato il mio calimero, e chi non la conosce la nostra Fede!?!?, i suoi post sono sempre coinvolgenti e le sue ricette una vera garanzia!

Mi son trovata il frigo pieno di avanzi da terminare e mezzo barattolo di latticello, ricordo una sua ciambella che mi aveva colpito, ho dovuto modificarla per esigenze di smaltire formaggi vari e non ho messo gli amaretti perchè qui non vanno molto... Comunque la ciambella è risultata buonissima, soffice e delicata!! Ho aumentato le dosi per terminare i miei avanzi e ho aggiunto un pò di burro per equilibrare le quantità, ne ho ricavato due ciambelle da 18 cm ma con queste dosi potete anche farne una sola da 28 cm.



CIAMBELLA COCCO E LATTICELLO

per due teglie da 18 cm

190 gr di farina 00

150 gr di fecola di patate

110 gr di farina di cocco

250 gr di zucchero di canna

3 uova

100 gr di robiola

100 gr di mascarpone

100 gr di burro

250 gr di latticello*

1+1/2 bustina di lievito

60 gr di lamponi circa**
scorza di 1 limone bio
pizzico di sale

*potete sostituire il latticello con 125 di yogurt bianco magro miscelati a 125 di latte fresco, oppure potete farvelo da soli, vedete come fare qui

**Potete sostituire i lamponi con dei mirtilli o delle fragole, fare un mix o non mettere niente.



Lavorate una decina di minuti le uova con lo zucchero fino a renderle gonfie e piuttosto sode.

Lavorate assieme i formaggi con il latticello e il burro fuso e raffreddato.

Setacciate assieme farina, fecola, lievito e sale, unitevi poi la farina di cocco.

Incorporate delicatamente le uova al mix di formaggi unite la scorza grattugiata del limone e le farine, mescolate molto bene, infarinate appena i lamponi e aggiungeteli all'impasto.

Imburrate lo stampo da ciambella e versatevi l'impasto.

Cuocete circa 40 minuti a 180°, se fate due ciambelle piccole cuocete circa 30 minuti, ma fate la prova stecchino.



con questa ricetta aprtecipio al contest di Simona



RED VELVET CON CREMA DI MANDORLA E FRUTTI DI BOSCO

Chi ha esultato, chi un po' meno.. questa sfida dell'MTC di febbraio è però una scoperta per tante di noi che normalmente non devono confrontarsi con il problema celiachia, Stefania ci ha ben spiegato cosa vuol dire convivere con questa intolleranza e come controllare l'assenza di glutine nei prodotti che compriamo, dico questo perché in dispensa io avevo già tutte le farine che lei indica nella ricetta, a parte la tapioca, ma la mia farina di riso contiene tracce di glutine, così mi sono trovata a comprarne una che ne è priva.. nonostante noi non presentiamo intolleranze.. e se questo non è amore per l'MTC, e in questo caso anche un'attenzione e rispetto per chi realmente ha questo problema.

In ogni caso la cosa mi è apparsa alquanto strana, pensavo che la farina di riso fosse un alimento di norma privo di glutine come tutti gli alimenti che di natura non lo hanno, invece alcune marche ne presentano tracce, ma forse sono io che non sono ben informata sull'argomento! Comunque come chiede Stefania ho inserito le marche dei prodotti che ho utilizzato e tutti presentano la scritta "senza glutine" o il simbolo gluten free.

E ora è arrivato il momento della confessione, solitamente il negozio bio dove vado ha il buttermilk quindi mi ci sono recata sicura di trovarlo ma non l'avevano.. bene, proverò a

farlo con le preziose indicazioni del post dell'MTC, devo dire che il risultato c'è stato eccome, monta.. monta.. poi smonta, poi si separa, poi hai tra le mani burro e laticello, miscolo tutti gli ingredienti, cuocio la torta.. un disastro, non so cosa sia successo ma l'impasto "bolle" e si forma una crosticina secca sopra, praticamente non lievita e la consistenza è troppo compatta, ovviamente butto tutto e mi chiedo cosa posso aver sbagliato, leggo e rileggo la ricetta ma ho fatto tutto come indicato, le dosi sono giuste.. aspetto l'11 febbraio nell'attesa di sapere se qualcuno ha avuto dei problemi, penso di chiedere spiegazioni a Stefania ma non lo faccio, prima voglio riprovare.. beh, io non ho ancora capito cosa sia successo, fatto sta che poi ho trovato il laticello ho rifatto la torta, mica potevo rinunciare con pure la farina comprata apposta, e ora la mia torta è perfetta, ad onor del vero ammetto che ho anche cambiato gli stampi di cottura, prima erano in alluminio ora antiaderenti, sarà questo!??

Io ho fatto una dose intera di torta che poi ho cotto in 4 stampini da 12 cm quindi verranno due tortine da 4 piani, ma le quantità della crema e dei frutti di bosco sono per farcire solo una delle due tortine.



**RED VELVET
CON CREMA DI MANDORLE E FRUTTI DI BOSCO**

per due tortine da 12 cm
110 gr di burro
300 gr di zucchero semolato
3 uova medie
160 gr di farina di riso (vital nature biologico)
60 gr di fecola (S.Martino)
30 gr di maizena
8 gr di cacao amaro in polvere (coop)
240 gr di buttermilk
1 cucchiaino di bicarbonato di sodio

1 cucchiaio di aceto di vino bianco
1 cucchiaio di colorante rosso
1 cucchiaino di vaniglia in polvere
per la crema
50 gr di zucchero semolato
20 gr di maizena
60 ml di latte fresco
75 gr di latte di mandorle
120 gr di mascarpone
120 gr di panna fresca
80 gr circa di mirtilli
50-60 gr circa di lamponi



In una ciotola sbattete il burro ammorbidito finchè sarà cremoso, unite lo zucchero e mescolare ancora per farlo

sciogliere, unite un uovo alla volta facendoli assorbire ogni volta all'impasto. Unire la farina con la maizena, la fecola, il cacao e il sale, setacciate il tutto. Mescolate il colorante al latticello.

Unire alla crema di burro un po di farina poi un po di latticello e proseguite così fino ad esaurimento, infine mettete la vaniglia.

In una tazzina amalgamate assieme l'aceto e il bicarbonato e unitelo all'impasto, mescolate bene.

Imburrate due teglie da 20 cm o 4 da 10-12 cm, cuocete a 180° per 40-45 minuti nel primo caso o circa 35 minuti nel secondo.

Sformate le torte, fatele raffreddare poi avvolgetele nella pellicola e mettetele a riposare in frigo per una notte.

Per la crema, in un padellino mettete lo zucchero e la maizena, iniziate a versare un po di latte mescolando continuamente per non creare grumi, unite poi tutto il latte e anche quello di mandorle, mettete sul fuoco e portare a bollore sempre mescolando con una frusta, in questo momento la crema sarà densa, versare tutto in una ciotola e coprite con la pellicola. Fate raffreddare, unite il mascarpone e mescolate bene per creare un composto omogeneo. Dividete la crema in due parti, in una delle due parti unite la panna montata.

Tagliate a metà ogni tortina e paregiate i bordi in modo che tutti gli strati siano larghi uguali.

Nel piatto di portata mettete il primo strato di torta, farcite con una parte della crema senza panna, cospargete di mirtilli, mettete il secondo disco di pasta, farcite con altra crema e cospargete di lamponi tagliati a metà, mettete il terzo disco, farcite con l'ultima parte di crema e cospargete coi mirtilli, chiudete con l'ultimo cerchio di pasta. Schiacciate un po la torta con la mano. Ricoprite tutta la torta con uno strato sottile di crema con la panna, disponete sopra lamponi e mirtilli e decorate con la restante crema tutta la superficie della torta.



ombelicodivenere.blogspot.it



ombelicodivenere.blogspot.it



con questa ricetta partecipo all' MTC del mese di Febbraio

