

BARRETTE AI CEREALI SEMI E BACCHE DI GOJI

Vi sarà capitato almeno una volta di comprare delle barrette ai cereali, quelle con i frutti di bosco, con la frutta secca, con il cioccolato.. piccoli e golosi snack che tante volte ho pensato di voler provare a realizzare. La dispensa piena di cereali pronti per essere messi alla prova ma che puntualmente rimangono lì in attesa perché qualche altro dolce più ruffiano gli ruba il posto!! Cos'è cambiato? Ho ricevuto da Melandri Gaudenzio un bel sacchettino di semi e bacche di goji che ho trovato perfetto per le mie barrette, ed ecco che non potevano più aspettare. Risultato fantastico, direi per me sopra le aspettative... mi aspettano altre versioni da provare!!!



BARRETTE AI CEREALI SEMI E BACCHE DI GOJI
per 12 barrette

60 g di super berry semi mix Melandri Gaudenzio*
70 g di fiocchi d'avena
10 g di riso soffiato
10 g di farro soffiato

25 g di corn flakes
60 g di mandorle
15 g di farina di riso
70 g di sciroppo di riso
50 g di zucchero di canna
30 g di olio di riso

*semi di girasole, semi di zucca, bacche di goji.



In un pentolino mettete lo sciroppo di riso, lo zucchero di canna e l'olio di riso, fate scaldare finché lo zucchero sarà sciolto. Fate tostare le mandorle e tritatele grossolanamente. Unite tutti gli ingredienti in una ciotola e mescolate in modo che siano tutti ben amalgamati. Foderate con carta forno* una teglia rettangolare da 24×18 centimetri e stendete il composto, pressatelo molto bene con il dorso di un cucchiaio

bagnato con acqua. Cuocete in forno 160°C per 20 minuti. Togliete dal forno e aspettate che si intiepidisca ma non deve indurire troppo altrimenti non riuscirete più a tagliare le barrette. Tagliate in tre strisce che dividerete a loro volta in quattro parti.

*Bagnate, strizzate ed asciugate bene la carta forno, risulterà morbida e malleabile prendendo senza fatica la forma della teglia.







with
remove the coating by scraping or sanding.

SEALER APPLICATION

- Select and apply recommended sealer.
- Dry and sand with emery paper no. 320.



BISCOTTI GLUTEN FREE AL RISO SOFFIATO NOCCIOLE E CIOCCOLATO

I biscotti sono una di quelle cose che amo cucinare, ne ho preparati di buonissimi, di mediocri, di classici, ma mai gluten free, fino ad oggi! Sicuramente non sarò la sola che legge gli ingredienti sulle confezioni dei biscotti perché vuole provare a rifarli.. io lo faccio spesso anche se a dire il vero non ho mai provato ad imitarne! Mi hanno sempre incuriosito quelli con i cereali e il riso soffiato, mi piacciono molto. Mi sono sempre chiesta se il riso all'interno sia quello soffiato o quello croccante tipo rice krispie, penso più la seconda però io avevo quello soffiato ed ho messo quello. Ho pensato di renderlo più croccante caramellandolo, non so se è il procedimento corretto però il risultato mi ha piuttosto soddisfatto. Nel complesso i biscotti sono molto buoni, croccanti e non troppo dolci.

Premetto che le "farine" le ho aggiunte man mano, un poco alla volta fino ad ottenere la consistenza giusta, come una normale pasta frolla, quindi la quantità può variare soprattutto in base alla grandezza dell'uovo che utilizzate. L'importante è che sia morbida ma non appiccicosa.



**BISCOTTI GLUTEN FREE
AL RISO SOFFIATO NOCCIOLE E CIOCCOLATO**

per circa 20 biscotti

80 g di farina di riso**

75 g di burro

60 g di zucchero di canna

60 g di nocciole con la buccia

50 g di fecola gf

15 g di amido di riso

15 g di riso soffiato

15 g di gocce di cioccolato

1 uovo

1/2 cucchiaino di lievito per dolci

**Come giustamente mi ha fatto notare Stefania, non sempre il

riso soffiato è gluten free, per questo vi specifico che la marca utilizzata è la Rebecchi, non per fare pubblicità ma per far sapere a chi veramente soffre di celiachia a quale marchio può affidarsi. Il loro riso soffiato è presente sul prontuario AIC, associazione italiana celiachia come scritto sulla confezione. Come ho imparato, sempre da Stefania, anche lo zucchero a velo, il cacao, ma anche fecola, farina di riso e altri prodotti di natura senza glutine, possono contenerne tracce, è quindi importante assicurarsi sempre che sulla confezione ci sia il simbolo della spiga barrata o la scritta gluten free!!



In una padella mettete lo zucchero di canna e, mantenendo la

fiamma bassa, fatelo caramellare. Appena diventa di color miele aggiungete il riso soffiato. Con un cucchiaino di legno amalgamatelo bene in modo che il caramello sia uniforme. Stendete il riso su un foglio di carta forno e fate raffreddare. Nel frattempo lavorate il burro con l'uovo finché saranno amalgamati. Frullate il riso caramellato per pochi istanti, deve rimanere grossolano. Tritate le nocciole non troppo fini. Unite tutto al composto di uova, mescolate e iniziate ad aggiungere le farine assieme al lievito. Formate un composto omogeneo e unite le gocce di cioccolato. Mescolate velocemente. Formate delle palline da circa 20 grammi* e fatele raffreddare in frigorifero per un'ora. Cuocete 15 minuti a 180° in modalità statica.

*Potete anche fare dei biscotti piatti, alti 7/8 millimetri ma sempre con le mani perché è una frolla difficile da stendere con il mattarello per via delle nocciole, del riso e dello gocce di cioccolato.



cmbelicodivenere.blogspot.it





con questa ricetta partecipo al contest di Patty
in collaborazione con cose dell'altro pane



CROCCANTE DI MANDORLE E RISO SOFFIATO AL CIOCCOLATO

Vedo in giro tanti post che parlano di piatti leggeri dopo le feste 0.o... ma ne vedo anche tanti che non riescono a rinunciare al dolce o alla torta.. secondo voi io di quale categoria faccio parte?? Poi devo dirla tutta, in questo periodo sono molto stanca per via del lavoro, allora la sera mi viene freddo ma soprattutto mi viene tanta voglia di gratificazioni, non so se capita anche a voi, e cosa c'è di meglio di un dolce per questo!?!?

Ho scoperto queste delizie in un nuovo libro che ho comprato, l'ennesimo, ho semplicemente variato un po' le dosi e il tipo di cioccolato ed ecco qui dei dolcetti che non smettereste mai di mangiare, in più sono veloci da fare e se volete farli solidificare più in fretta metteteli in freezer. Io li ho conservati, per quel poco che sono durati, in frigorifero.

ombelicodivenere.blogspot.it



**CROCCANTE DI MANDORLE E RISO SOFFIATO
AL CIOCCOLATO**

per circa 50 pezzi

150 gr di cioccolato fondente

80 gr di cioccolato gianduia

70 gr di zucchero

200 gr di mandorle a lamelle

30 gr di riso soffiato

Mettete lo zucchero in un pentolino con 25 gr di acqua, quando lo zucchero sarà completamente sciolto fate bollire per 7-8 minuti poi versate lo sciroppo sulle mandorle, amalgamate bene.

Stendere le mandorle su una teglia ricoperta di carta forno, mettete in forno caldo per 10 minuti girandole a metà cottura,

fate attenzione che non scuriscano troppo.
Nel frattempo fate sciogliere il cioccolato a bagnomaria.
Mettete il riso soffiato in una ciotola, unite le mandorle che dividerete con le mani, in modo da non avere pezzi grandi.
Unite il cioccolato e mescolate finchè tutto sarà omogeneo.
Distribuite un cucchiaino di composto in dei pirottini di carta per cioccolatini, oppure anche a mucchietti su della carta forno, lasciate completamente raffreddare. Se avete la possibilità cinque minuti prima di servirli passateli in freezer!!







con questa ricetta partecipo al contest di Morena