

## GELATO AL CIOCCOLATO

Senza panna né latte

### INGREDIENTI:

- 650 ml Acqua
- 300 g Cioccolato fondente (tra il 50% e l'70%, altrimenti diventa troppo amaro)
- 80 g Cacao amaro
- 15 g Amido di mais
- 50 ml Caffè
- 1 pizzico Sale

In una pentola abbastanza capiente versate le polveri, quindi il cacao, il sale e la maizena (amido di mais) e miscelate bene con una frusta. Aggiungete poi una piccola parte di acqua e cominciate ad amalgamare fino a formare una crema abbastanza densa. A questo punto versate tutta l'acqua rimanente e continuate a frustare ma senza troppa cura, tanto i grumi ormai si saranno sciolti.

Portate sul fuoco a fiamma media e quando raggiungerà il punto di ebollizione calcolate 30 secondi, poi spegnete, aggiungete il cioccolato spezzettato grossolanamente e mescolate fino a farlo sciogliere e immergete la pentola nel lavandino colmo di acqua fredda. Sarà il nostro "abbattitore casalingo" e la miscela si raffredderà molto più velocemente.

Quando il composto sarà tiepido aggiungete il caffè.

Ora versiamo questo composto in una pirofila (quella in pirex andrà benissimo) e ponetela in congelatore per almeno 6 ore.

Passato questo tempo potrete notare che il gelato si sarà compattato e quindi sarà ora di sformarlo (io l'ho tagliato a pezzi che così sarà più facile e veloce questa operazione) e frullarlo in un mixer o con l'aiuto di un frullatore a immersione. Lo dovremo quasi montare.

Fatta anche questa ultima procedura basterà porlo ancora in congelatore (in uno stampo da plumcake magari così il gelato acquisirà una forma alta e stretta, più comoda per formare le sfere) a compattare del tutto per circa 2 ore.

Prima di servirlo attendete qualche minuto.

Sarà a base d'acqua ma la sua cremosità vi conquisterà.

## **BURGER DI QUINOA E VERDURE**

Ricetta per 3 persone

200 g di Quinoa

1 Patate

1 Carota

1 Zucchina (o in alternativa con altre verdure a vostra scelta)

q.b. di Prezzemolo

q.b. di Sale

q.b. di Pepe

Spezie a vostro gradimento, io le ho provate con la paprika dolce e con la curcuma)

Mettere la quinoa in un pentolino e coprirla con acqua. Fatela cuocere fino a quando risulterà morbida e avrà assorbito tutto il liquido. Quando sarà pronta lasciate intiepidire per qualche momento con il coperchio

Lavate e tagliate a dadini le verdure e poi fatele bollire in acqua salata o in alternativa cuocetele con una pentola a vapore (in pochissimi minuti saranno pronte).

Una volta pronte scolatele e trasferitele in una ciotola dove provvederete a schiacciarle con una forchetta.

Aggiungete alle verdure la quinoa, il sale, il pepe e il prezzemolo e mescolate bene gli ingredienti.

Formate con le mani, o se lo avete con un coppa pasta, i burger.

Cuocere a piacere i burger pronti in una padella antiaderente o se preferite in forno preriscaldato a 180 per circa 15/20 minuti.

## FAGIOLI PIATTONI AL POMODORO IN PADELLA

Sono un ottimo contorno per tutto oppure può accompagnare del riso

Si trovano in primavera oppure tutto l'anno congelati

PIATTONI o MANGATUTTO

ingredienti:

- fagioli piattoni
- salsa di pomodoro
- peperoni
- cipolla e aglio
- olio, sale, pepe, prezzemolo

Ai piattoni togliere l'estremità poi tagliarli circa a pezzi di [3 cm](#), lavarli bene e metterli in una padella capiente, con olio, cipolla e aglio e i peperoni lavati bene. Tolto i semi e tagliarli lunghi e sottili.

Farli rosolare in padella-x 5/10 minuti a fiamma vivace.

Poi aggiungere la salsa, aggiungere sale, pepe e far andare fino a cottura ultimata con coperchio e fiamma bassa.

Alla fine aggiungere il prezzemolo

- Molto buono accompagnato con del riso Basmati

# **TORTA MELE E MASCARPONE**

**di Carlo Gritti**

N.B. Un'ora prima tirare fuori dal frigo le uova e il mascarpone

Ingredienti:

- 4 mele
- 4 uova
- 16 gr. lievito per dolci / o 2 cucchiaini
- 250g mascarpone
- 200g farina
- 50g quinoa
- 150g avena
- 200g zucchero di canna
- 1 cucchiaino di cannella
- gocce di cioccolato fondente
- carta da forno
- Tortiera diametro 24 cm

In una ciotola mixare 4 uova con lo zucchero, mescolare a crema

Aggiungere mascarpone

Poi aggiungere farina, lievito e cannella, setacciare e mixare bene per qualche minuto.

Nel frattempo foderare la forma con la carta da forno (trucco, stropicciare prima a palla il foglio di carta da forno, poi lisciarlo e metterlo nella forma così scivola di meno).

Infine aggiungere le gocce di cioccolato (volendo si possono tagliare a cubetti 2 o 3 mele e aggiungerle all'impasto).

Versare nella forma

Decorare la torta con 3 o 4 mele tagliate a fettine e poi spargere sopra un po' di zucchero di canna.

Dieci minuti prima scaldare il forno a 170° ventilato

Poi infilare la torta, nel mezzo sulla griglia per circa 55 min.

Finito il tempo, spegnere e aprire delicatamente lo sportello e lasciare un cucchiaino di legno tra lo sportello e il forno per circa 10 minuti

Poi aprire di più per 15 minuti

Successivamente toglierla, appoggiarla su un piano e lasciarla raffreddare lentamente, senza correnti d'aria

Se si vuole si può decorare con zucchero a velo o a piacere con la panna

## PLUM CAKE

della festa

N.B. Tirare fuori dal frigo gli ingredienti un'ora prima

Ingredienti:

- 200g BURRO
- 200 g ZUCCHERO
- 4 UOVA
- 250 g FARINA (1/5 di semola macinata rende più soffice la torta)
- 2 cucchiaini di LIEVITO VANIGLIATO
- 150g di GOCCE DI CIOCCOLATO
- 1 aroma RUM o LIMONE
- A scelta 100g di noci ecc.
- CARTA DA FORNO

Lavorate il burro con lo zucchero finché sarà soffice, unite lentamente le uova una alla volta (mescolando tra una e l'altra), poi la farina setacciata con due cucchiaini di lievito.

Lavorate a lungo l'impasto, per almeno 4 minuti, infine aggiungete 1 aroma a piacere, le noci e le gocce di cioccolato fondente

Foderate con carta da forno uno stampo rettangolare da Plum Cake, versate l'impasto, levigate bene la superficie, sbattete leggermente lo stampo perché non si formino buchi (fare una riga o spaccatura nell'impasto con un coltello, al centro della torta per farla lievitare bene)

Mettere la griglia in forno nella seconda tacca a partire dal basso, forno ventilato a 160° per circa 35 minuti e poi a 140 gradi per altri 10 minuti.

## PLUM CAKE AL VINO ROSSO

### Ingredienti

- 200g di burro
- 200 g di zucchero
- 4 uova
- 250 g di farina (1/5 si può mettere della semola così diventa più soffice)
- 1 bustina di lievito o due cucchiaini
- 1/8 di l. (125 ml) di vino rosso
- 1 cucchiaino di cannella
- 2 cucchiaini di cacao amaro (in polvere)
- 100 g circa di goccioline di cioccolato

## CRACKERS DI SEMI

### Ingredienti

- 65 g di farina di riso integrale
- 50 g di farina di quinoa (o in alternativa vanno bene anche farina di grano saraceno o di ceci)
- 60 g di acqua
- 20 g di olio d'oliva
- 15 g di semi di sesamo
- 10 g di semi di chia o qualsiasi altro seme vi possa piacere
- 2 grammi di sale

In una ciotola, inserite la farina di riso e di quinoa e una presa di sale (2 grammi). Unite l'olio e, a filo, l'acqua.

Mescolate inizialmente con una forchetta, poi impastate a mano, prima nella ciotola, poi sul piano di lavoro, fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate un panetto più o meno rettangolare, avvolgetelo con la pellicola trasparente, e riponete in frigorifero per 20 minuti.

Trascorso il tempo, accendete il forno statico a 200°C

Stendete il panetto tra due fogli di carta da forno con l'aiuto di un mattarello, formando un rettangolo.

Appoggiate la carta forno con i crackers senza glutine su una teglia. Spennellate la superficie con poca acqua e spolverate con i semi di sesamo e i semi di papavero.

Infornate i crackers nel forno statico preriscaldato a 200°C per ca. 14-15 minuti, fino a doratura. Controllate la cottura e il grado di doratura, dato che la durata varia a seconda dello spessore dei crackers.