

Le crespelle con farina di castagne



Ingredienti per 8 persone:

- 160 grammi di farina di castagne
- 80 grammi farina di riso
- 3 uova
- 25 grammi di burro
- 50 grammi di miele
- 250 grammi di ricotta
- 250 grammi di gorgonzola dolce
- 4 decilitri di latte
- 2 teste di radicchio rosso
- 1 cucchiaio di olio evo



Preparazione delle crespelle:

- 1) Lavora insieme la farina di riso con quella di castagne, aggiungi le uova, 4 decilitri di latte, 20 grammi di burro fuso e frulla fino a ottenere una pastella fluida e omogenea. Lascia riposare coperto con pellicola per 1 ora in frigorifero. Versa un mestolino di impasto in un padellino antiaderente del diametro di 18 centimetri circa leggermente imburrito.
- 2) Girando il padellino da una parte all'altra, distribuisce la pastella in maniera uniforme e cuoci la crêpe da una parte e poi dall'altra. Continua allo stesso modo fino a che non hai esaurito la pastella.

Preparazione del ripieno per le crespelle

- 1) Taglia il radicchio ben lavato a striscioline sottili e fallo stufare in padella con un cucchiaio di olio evo. Termina la cottura aggiungendo 40 grammi di miele.
- 2) Metti il gorgonzola in una terrina e fallo ammorbidire nel micro-onde per 30 secondi. Aggiungi la ricotta e per ultimo il radicchio stufato; ottieni un composto omogeneo con cui farcire le crespelle.
- 3) Spalma il ripieno in maniera uguale su tutte le crespelle, arrotolale e adagiale in un piatto da portata.
- 3) In una casseruola fondi il miele restante a fiamma bassa con un po' di acqua e aggiungi alcune castagne sciroppate al naturale con cui decorare il piatto.

Ecco servito un primo piatto davvero semplice e gustoso.

Arrosto di maiale caramellato al miele



Ingredienti per 4 persone:

- 800 gr. di lonza o carrè di maiale
- 50 gr. di burro
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 80 gr. di miele
- 3 cucchiaini di zucchero di canna
- la scorza grattugiata di un'arancia
- 2 spicchi di aglio
- rosmarino q.b.
- 1/2 bicchiere di brodo di carne
- sale e pepe



Preparazione dell'arrosto:

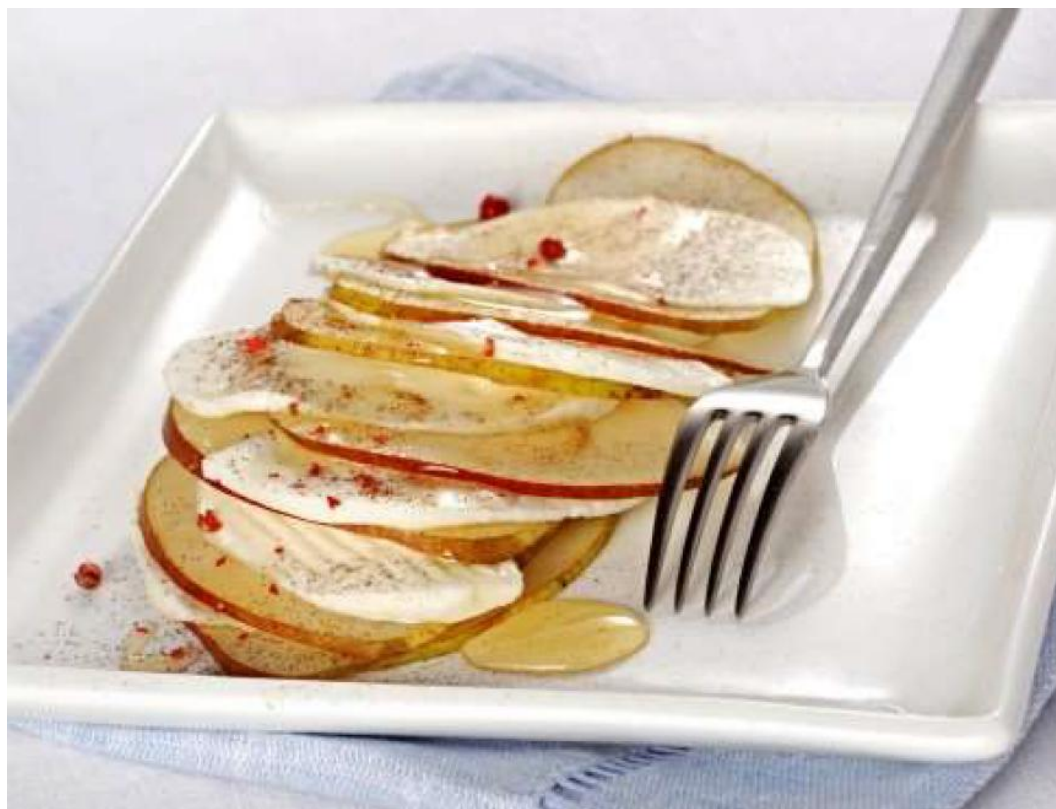
1) Rosolare bene la carne nel burro con l'aglio e il rosmarino. Quando è ben dorata, sfumare col vino bianco e regolare di sale e pepe. Coperchiare e cuocere per circa un'ora su fuoco moderato, girando di tanto in tanto e bagnando con il brodo e col sugo che si forma in cottura.

Mescolare il miele con lo zucchero di canna e la scorza di arancia, quindi spennellare la carne.

2) Trasferire la carne in forno caldo a 230 gradi e proseguire la cottura rigirandola spesso e spennellando con la miscela di miele finché la carne è completamente caramellata (circa 30 minuti).

3) Togliere la carne dal forno e servirla affettata con una verdura di contorno.

La millefoglie di pere alle spezie



Ingredienti per 8 persone

- 2 pere william o abate
- 250 grammi primosale
- mezzo cucchiaino succo di limone
- miele di acacia q.b.
- cannella q.b.
- noce moscata q.b.
- pepe rosa per decorare q.b.



La preparazione della millefoglie di pere alle spezie

1)Prendi 2 pere William o Abate, tagliale nel senso della lunghezza eliminando il torsolo.

2)Taglia il primosale a fettine sottili.

3)Monta la millefoglie di pere alle spezie intervallando le fette di pere e di primosale con cannella e noce moscata secondo il proprio gusto e irrori a filo con miele di acacia.

Un piatto semplice che può anche essere servito come antipasto per meglio assimilare le proprietà salutari della frutta e del miele

Struffoli alla piemontese



Ingredienti per 8 persone

- 250 grammi di farina
- 2 uova
- 20 grammi di burro
- 45 grammi di zucchero
- 25 grammi di un liquore dolce a scelta
- la scorza grattugiata di un limone
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di lievito
- abbondante olio di semi di arachide (circa un litro)
- miele di acacia q.b.
- confettini colorati q.b.



Preparazione degli struffoli

Per preparare gli struffoli bisogna come prima cosa preparare l'impasto. Su un piano di legno setacciate la farina con il pizzico di sale, aggiungere le uova, lo zucchero semolato e il burro (ammorbidito e tagliato a dadini). Aggiungere anche il rum (o il limoncello o altro liquore dolce) e la buccia grattugiata di un limone. Lavorate l'impasto prima aiutandovi con una forchetta e poi con le mani, lavoratelo a lungo in modo da ottenere una pasta morbida, liscia ed elastica. Avvolgetela nella pellicola trasparente e mettetela a riposare in frigo per un'ora circa (ma volendo potete tenercela anche di più, questo non comprometterà la riuscita degli struffoli).

Trascorso il tempo di riposo in frigorifero prendete l'impasto, tagliatene una piccola parte, lavoratela con le mani creando dei filoncini di pasta tipo quelli per fare gli gnocchi e tagliate ogni filoncino con un coltello, creando dei rettangolini della lunghezza di circa un centimetro.

Gli struffoli, cuocendo, non ricrescono molto di volume, anche perché la dose di lievito nell'impasto è veramente pochissima; tenetene quindi conto quando decidete la forma e la grandezza degli stessi.

Alcuni preferiscono lavorare con le mani ogni singolo rettangolo, creando delle palline, è una vostra libera scelta, dettata dal gusto personale nella presentazione del piatto.

Mettete a scaldare l'olio di semi di arachide in una capace padella a bordi alti (possibilmente un wok, perfetto per le frittiture). Quando l'olio avrà raggiunto la temperatura di circa 180° (potrete verificarlo con un termometro da cucina) ponete alcuni struffoli su una schiumarola e adagiateli delicatamente nell'olio; questi si poggeranno per qualche istante sul fondo per poi risalire in superficie in breve tempo.

Gli struffoli cuociono in pochissimo tempo, teneteli sotto controllo per evitare che scuriscano troppo (considerate che il tempo di cottura è di circa un minuto).

Friggete gli struffoli poco alla volta per evitare che la temperatura dell'olio si abbassi.

Dopo averli fritti ponete gli struffoli su un piatto piano ampio su cui avrete posizionato dei fogli di carta assorbente che raccoglieranno l'olio in eccesso e li lasceranno fragranti e asciutti.

In una padella capiente (dovrà contenere tutti gli struffoli) mettete a scaldare il miele. Quando si sarà sciolto aggiungete – rigorosamente a fuoco spento – gli



struffoli, mischiate bene il tutto con delicatezza e aggiungete anche un po' di codette o confettini colorati.

Quando tutto sarà ben condito dal miele mettete gli struffoli su un piatto da portata e create una montagna. Guarnite infine con altre palline colorate. Volendo potete anche unire al miele dei canditi a vostro piacimento. Vi consiglio di accompagnarli con un buon vino o liquore da dessert, aromatico, come il Madera o il Passito di Caluso o di Pantelleria.

Un po' di storia

Gli struffoli sono un tipico dolce della tradizione napoletana ma sono preparati anche in altre regioni d'Italia, dove sono conosciuti con nomi diversi: a Taranto sono chiamati "sannacchiudere", in Sardegna "giggeri", a Lecce "purcedduzzi" (che significa porcellini fritti); in Abruzzo, Molise, in molte zone del Lazio e nelle Marche li chiamano "cicerchiata" molto simile a "cicerata" nome usato per identificare gli struffoli in Calabria e Basilicata.

Pare che l'origine degli struffoli, come ci suggerisce il nome, sia greca. Non solo la parola "struffolo" deriva dal greco "stróngylos" che significa "di forma tondeggiante" ma, nella cucina greca, esiste un piatto simile, i loukoumades, che sono delle frittelle dolci preparati come gli struffoli. Secondo alcuni storici della cucina, invece, l'origine è spagnola: tra i dolci andalusi, infatti, esiste il piñonate, diverso dagli struffoli napoletani solo per la forma ed è l'ipotesi più accreditata per la lunga dominazione spagnola che ha subito Napoli.

Torta al miele



Ingredienti per 8 persone

- 300 gr. di farina
- 3 uova
- 180 ml. di latte
- 200 gr. di miele d'acacia
- 90 gr. di zucchero
- 80 ml. di olio di semi di girasole
- 1 bustina di lievito per dolci
- 1 pizzico di sale
- 1 limone
- Zucchero in granella q.b.



Preparazione

- 1) In una planetaria o in una ciotola capiente lavorate con le fruste le uova intere con lo zucchero e un pizzico di sale, fino ad ottenere un composto liscio e gonfio. Unite l'olio e quando è stato assorbito aggiungete anche il latte.
- 2) Setacciate la farina con il lievito, incorporatelo al composto delicatamente e unite anche la scorza di limone grattugiata o a listarelle.
- 3) Unite il miele e amalgamatelo con delicatezza all'impasto. Ungete e infarinate una tortiera, versate il composto e infornate a 180 gradi per 45 minuti in forno statico. Lasciate completamente raffreddare.
- 4) Scaldate due cucchiaini di miele al microonde per pochi secondi poi spennellatelo sulla torta per glassarla.
- 5) Decorate con granella di zucchero e servite. Potete anche semplicemente decorarla con una spolverata di zucchero a velo.
- 6) Potete aggiungere al dolce delle mandorle tritate o della granella di nocciole o anche noci o pistacchi. Per una versione ancora più sana potete sostituire metà farina bianca con della farina integrale.

Ottima per la colazione.