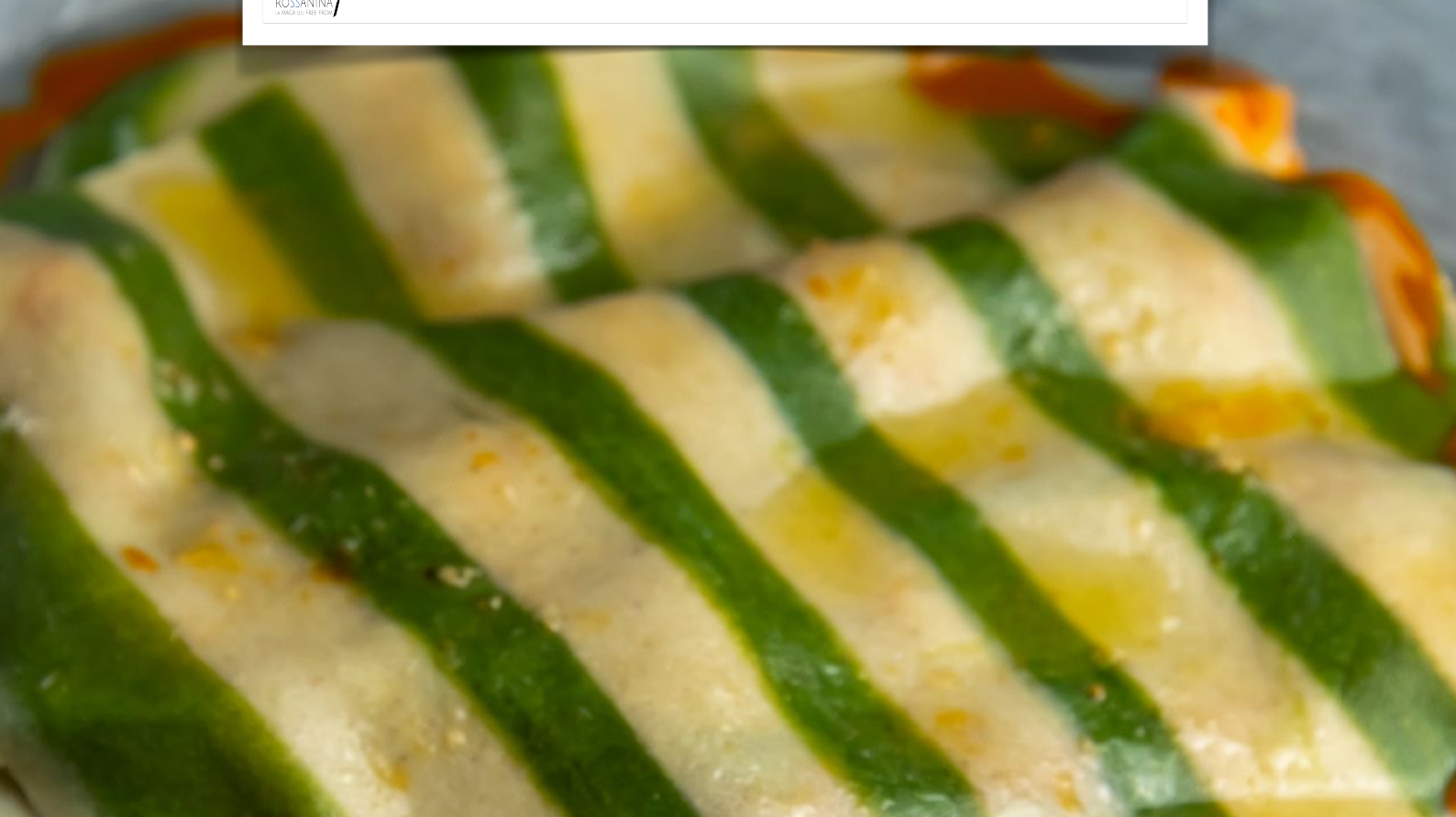




Idee sfiziose per la Pasqua
di Rossanina Freefrom

CON FARINE NATURALMENTE
SENZA GLUTINE



Focaccia farcita



FREE FROM glutine, lattosio, soia, frutta a guscio. A ridotto contenuto di nichel.
Ingredienti per una teglia di

Per la pasta:

120 g farina di riso finissima*
100 g farina di sorgo* (o teff*)
150 g amido di tapioca (o fecola di patate)
3 g xantano*
8g cremor tartaro e 4g bicarbonato (oppure una bustina di lievito per torte salate*)
30 ml olio extravergine più quello per la teglia e da cospargere sopra
400 ml acqua (meglio se frizzante)
10g sale

Per la farcitura:

500g bietole colorate, lavate e tagliate grossolanamente
due scalogni tritati
peperoncino (facoltativo)
olio evo



Mescolare le farine con l'amido, unire xantano, sale, bicarbonato e cremor tartaro. Aggiungere acqua e olio e lavorare fino ad ottenere un composto omogeneo e molto morbido, quasi liquido.

Rivestire una teglia con carta forno e ungerla leggermente.

Mettere a cucchiaiate metà impasto e livellarlo con il cucchiaio unto. Ricoprire con le verdure e mettere l'altra metà di impasto.

Livellare di nuovo con il cucchiaio, cospargere di olio e infornare in forno statico a 200°C per 30 minuti o fino a quando l'impasto sarà dorato e la superficie leggermente dura.

Per la farcitura: in una padella larga far rosolare lo scalogno con l'olio (ed eventualmente il peperoncino) e aggiungere le bietole lavate con la loro acqua attaccata alle foglie. Salare e coprire. Lasciar cuocere fino a quando saranno appassite e avranno assorbito il liquido. Se si desidera una farcitura più morbida, frullarle leggermente.

La stessa ricetta può essere fatta sostituendo il lievito chimico con lievito di birra, facendo lievitare bene l'impasto, versandolo in teglia con la farcitura e facendolo lievitare di nuovo. Si otterrà un impasto più aromatico, meno soffice e più consistente al morso.

Fazzoletti colorati al profumo di mare



Per la pasta gialla
50g di farina di riso*
15g Amido di riso*
50g Fecola di patate*
30g Farina di sorgo*
4g Xantano*
2g Polvere di cuticola di psillio*
Curcuma (la punta di un cucchiaino)
60/80ml Acqua
15 ml Olio evo
Farina di riso* per lo spolvero

Per la pasta verde
50g di farina di riso*
15g Amido di riso*
50g Fecola di patate*
30g Farina di sorgo*
4g Xantano*
40/60g Acqua (da aggiungere al bisogno)
80g foglie di spinaci cotte (come da istruzioni)
20ml Olio evo
Farina di riso* per lo spolvero

Per la farcitura del raviolo aperto
20 capesante piccole
12 gamberi tagliati a bocconcini (conservare le teste e gusci per fare la bisque)
100g filetto di branzino
50 g burro
Sale

Per il condimento: 60 g bisque* (fatta con le teste e i carapaci dei gamberi - senza occhi - sedano, carota e cipolla, un bicchierino di cognac - un cucchiaino estratto di pomodoro - 10 cubetti di ghiaccio e sale)



COLORARE LA PASTA

Gli spinaci possono essere sostituiti anche con Barbabietole frullate, zucca frullata, concentrato di pomodoro, nero di seppia. Ogni colorante ha una consistenza diversa e per questo **va aggiunto come primo ingrediente liquido** e si aggiusta l'aggiunta di acqua di conseguenza.

Quando si vuole fare la pasta a strisce è importante che ogni impasto abbia la stessa consistenza in modo che la pasta venga omogenea.

Nel caso nostro, alla pasta gialla è stato aggiunto anche un minimo quantitativo di psillio come equivalente delle fibre presenti negli spinaci.

NB: se si utilizza la barbabietola per colorare la pasta si otterrà un colore diverso a seconda che si utilizzi un prodotto precotto (il risultato sarà un impasto più chiaro) o un prodotto cotto in casa a vapore (più scuro). Se la barbabietola viene cotta in forno occorrerà aggiungere più acqua all'impasto.

Fazzoletti colorati al profumo di mare



Preparare la pasta gialla:

In planetaria (o in una ciotola) unire le polveri e poi aggiungere 40ml di acqua e l'olio. Lavorare a lungo e schiacciando le briciole che si sono formate verificare se è possibile unirle in modo da ottenere un impasto abbastanza consistente ma non duro. Se l'impasto fosse troppo duro unire l'acqua, un cucchiaino alla volta in modo da non esagerare con i liquidi e ogni volta lavorare a lungo in modo che l'acqua sia ben assorbita.

Lavorare sul piano fino ad ottenere una palla.

Avvolgere in pellicola per alimenti.

Per la pasta verde

In planetaria (o in una ciotola) unire le polveri, le foglie di spinaci cotte e frullate finissime e poi aggiungere 20/30ml di acqua e l'olio. Lavorare a lungo e schiacciando le briciole che si sono formate verificare se è possibile unirle in modo da ottenere un impasto abbastanza consistente ma non duro. Se l'impasto fosse troppo duro unire l'acqua, un cucchiaino alla volta in modo da non esagerare con i liquidi e ogni volta lavorare a lungo in modo che l'acqua sia ben assorbita.

Lavorare sul piano fino ad ottenere una palla.

Avvolgere in pellicola per alimenti.

Far riposare in frigo per almeno mezz'ora.

Stendere l'impasto chiaro nella macchinetta per la pasta allo spessore più largo (oppure con un matterello con dei regoli di pochi millimetri in modo da avere una pasta dallo spessore uniforme).

Per avere una pasta più elastica, addoppiare la pasta e ripassarlo (o stenderla a mano) dopo averlo ruotato di 90 gradi.

Stendere e ripassare più volte anche l'impasto verde scuro.

Tagliare i due impasti in rettangoli larghi circa 7/8 centimetri. Spennellare con un pennello asciutto per togliere la farina in eccesso e poi, con un altro

pennello, cospargere leggerissimamente con acqua la superficie dei due impasti e sovrapporre un impasto chiaro, uno verde, due chiari, uno verde e uno chiaro. Premere delicatamente le sfoglie sovrapposte in modo che aderiscano. Tagliare a fette di due centimetri di larghezza, e sovrapporre le "tagliatelle spesse che si saranno così" formate, sempre spennellando leggermente di acqua. Rovesciare sul piano e allungare delicatamente con il matterello e passare nella macchinetta, rendendoli sempre più sottile. Tagliare dei quadrati e farli cuocere in acqua bollente salata.

Nel frattempo in una padella far schiumare il burro e cuocerci la polpa branzini, le capesante e i gamberoni.

Mettere nel piatto un fazzoletto di pasta, aggiungere i prodotti di mare, distribuire un mucchio di bisque sul pesce sul fazzoletto. Coprire con un altro fazzoletto colorato spennellato con il burro in cui è stato cotto il pesce e mettere un po' di pesce sul piatto. Colorare con un giro di bisque e servire.



La bisque di gamberoni a modo mio



In un tegame far tostare bene con cipolla, carota e sedano a pezzetti le teste (senza occhi che danno l'amaro) e i gusci dei gamberoni. Sfumare con un po' di cognac. Unire un po' di estratto di pomodoro per fare un colore più vivace.

Quando saranno BEN tostate, coprire con ghiaccio (in modo da estrarre perfettamente tutti gli aromi). Far cuocere fino a quando il liquido sarà ben ritirato. Frullare tutto e passare con un colino a maglie fitte, schiacciando bene, per recuperare tutta la salsa. Se fosse troppo liquida restringere ancora a fiamma bassissima.

Aggiustare di sale.

Poiché si usa in dosi ridotte, se fosse tanta congelare la parte eccedente.



LA PASTA COSÌ COLORATA PUÒ ESSERE
UTILIZZATA PER REALIZZARE TAGLIATELLE
DIVERTENTI, MALTAGLIATI, RAVIOLI, TORTELLI...
NON CI SONO LIMITI ALLA FANTASIA!



Zuccotto con girelle



Per la pasta biscotto

80g tuorli (circa 5)
80g farina di riso* finissima
20g amido di riso*
120 albumi (circa 4)
100g zucchero
Scorza di limone

Per la bagna non alcolica

50g zucchero (facoltativo)
Il succo di un'arancia (circa 100ml)

200g confettura (non a pezzi) di fragole o lamponi

Per la farcitura

400g philadelphia* oppure robiola (anche senza lattosio)
100g burro morbido (anche senza lattosio)
150g latte condensato* (anche senza lattosio)
Lamponi freschi

*=ingredienti a rischio che necessitano di scritta senza glutine in etichetta.

Miscelare la farina con l'amido. Separare le uova. Mescolare i tuorli con una forchetta. In una ciotola montare a neve ferma gli albumi con lo zucchero. Unire i tuorli e poi,

in due volte, la farina mescolata facendola cadere da un setaccio. Mescolare con delicatezza per evitare che il composto si smonti. Stendere in uno stampo (29x35cm) coperto di carta forno e cuocere in forno statico a 170°C per 8/10 minuti, o fino a quando i lati dell'impasto cominceranno a ritirarsi, trascinando con loro la carta. Mettere un foglio di carta forno sul piano e rovesciarci il biscotto. Far freddare.

Bagnare il biscotto con il succo di arancia e spalmarlo con la confettura di lamponi, arrotolare e chiudere stretto con pellicola. Mettere in frigo.

Lavorare con una frusta philadelphia (o robiola), burro e latte condensato in modo da montarli leggermente.

Rivestire una ciotola a semisfera di 18/20 cm con pellicola per alimenti.

Togliere la pellicola dal "salame", affettarlo a fette di un centimetro e con queste rivestire l'interno della ciotola.

Inserire la farcitura mescolata ai lamponi e chiudere con altre fette di rotolo.

Mettere in freezer e togliere dal freezer un'ora prima di servirlo.

Al momento del servizio si può cospargere di zucchero a velo*.



IL CONIGLIO DI PASQUA

Raddoppiare la farcitura di formaggio, latte condensato e burro. Colorarne una parte rosa aggiungendo poca confettura di lamponi.

Ricavare dall'impasto ancora steso quattro trapezi che rappresenteranno i piedi del coniglio. Arrotolare il biscotto con la confettura e ricavate una fetta di 4cm. (sarà la coda del coniglio). Sovrapporre due a due i trapezi dopo averli farciti di confettura.

Procedere per la realizzazione dello zuccotto come per la ricetta tradizionale.

Farlo freddare.

Coprire lo zuccotto con uno strato di farcitura bianca.

Ricoprire i trapezi con la farcitura rosa e attaccarli con un po' di farcitura sul lato della

semisfera

Rifilare la fetta di rotolo cercando di stondarne una parte e riscoprirla di farcitura bianca. attaccarla nella parte superiore tendente al basso in modo che rappresenti la coda.



E SE NON AVESTE....

Il latte condensato?

Potete sostituirlo con 60g di panna e 90g di zucchero

La confettura di lamponi?

Potete sostituirla con marmellata di arance.

L'amido di riso?

Potete sostituirlo con fecola di patate.

WWW.ROSSANINAFREEFROM.IT

FB:ROSSANINA MAGA MERLETTA

