

BLACK & WHITE ... per un buffet dolce e salato a due colori

Ricette con farine naturali, di Rosa Maria Zito

ATTREZZATURE

- Impastatrice/Planetaria o in mancanza usare le fruste elettriche a spirale (*è sempre possibile impastare a mano, dentro una insalatiera abbastanza capiente, usando forchette, spatole e/o le mani, ma risulta più lungo come processo e ovviamente più faticoso*);
- Forno elettrico con funzione statica e ventilata;
- pentolino o tegamino da forno di piccolissime dimensioni per la formazione del vapore in cottura del pane;
- 2 contenitori piccoli per alimenti, preferibilmente di plastica trasparente, rettangolari (della capienza di circa mezzo litro) per la lievitazione degli impasti dei bocconcini;
- per le cassatine al forno: stampo antiaderente tipo muffin (diametro interno per muffin cm 8) oppure stampi singoli del diametro di circa 7-8 cm e altezza circa cm 3; burro e farina di riso per spolvero (o staccante alimentare, senza glutine)
- normale attrezzatura da cucina: spatole, tarocco, carta da forno, carta pellicola, spianatoia, matterello, bilancia pesa grammo, farina di riso finissima e olio EVO per la manipolazione degli impasti;

BOCCONCINI BIANCHI E NERI DA BUFFET maisfree

INGREDIENTI PER 10 BOCCONCINI (5 bianchi e 5 al cacao)

100 g farina di riso finissima + 50 g amido di riso + 50 g fecola di patate + 15 g farina di quinoa + 8 g farina di psillio + 4,5 g xantano)

235 g acqua

5 g sale

4 g lievito di birra secco (da riattivare. Oppure 10 g fresco. Si può ridurre e attendere più tempo. Con questa quantità ci vorrà circa 1 ora)

2,5 g cacao amaro in polvere (per farli neri neri, stesso peso di carbone vegetale)

1 cucchiaino di miele di acacia

1 cucchiaio di olio EVO

+ 1 uovo per spennellare e semini/fiocchi a piacere per ricoprire i panini

TETU' & TEIO

INGREDIENTI per circa 45 biscotti dolcetti (si conservano molto a lungo)

500 g miscela di farine naturali (333 g farina di riso + 111 g fecola di patate + 56 g amido di mais + 5 g xantano)
150 g farina di mandorle (o mandorle pelate, da ridurre in polvere)
150 g zucchero
140 g marmellate e/o creme a piacere (anche miste a canditi, il tutto frullato assieme. Io ho messo 50 g di zucca candita, 40 g marmellata di pere, 30 g marmellata di arance e circa 20 g di pasta di mandarino, sostituibile con mandarini canditi)
120 g strutto
50 g burro
1 uovo medio
circa 50-55 g di latte (in base all'assorbimento dell'impasto, alla grandezza dell'uovo, ecc)
9 g ammoniaca per dolci
1 pizzico di sale
aromi: 1 bustina di vanillina + cannella in polvere, abbondante + la scorza grattugiata di 1 limone bio

per quelli al cacao:

25 g di cacao amaro + 30 g crema di nocciole (ingredienti da aggiungere solo in metà impasto)

per la glassa bianca, dei Teio:

1 albume + 125 g di zucchero a velo vanigliato

per quella nera, dei Tetù:

1 albume + 110 g di zucchero a velo vanigliato + 15 g cacao amaro in polvere q.b. ed eventualmente un goccio di acqua se dovesse essere troppo densa

LE CASSATINE AL FORNO

Si consiglia (a meno di diverse esigenze personali) di dimezzare tutte le dosi della ricetta delle Cassatine (perché sono da consumare entro 24-48 ore)

INGREDIENTI per circa 12 Cassatine

- 250 g farina di riso finissima
- 85 g fecola di patate
- 65 g amido di mais
- 50 g amido di tapioca
- 8 g xantano
- 1 pizzico di sale
- 4 g lievito per dolci
- 200 g zucchero semolato
- 150 g strutto o in alternativa stesso peso di burro chiarificato (nel caso si usi burro normale, metterne 225 g e ridurre le uova a 2), la versione siciliana autentica è con lo strutto

- 3 uova fresche medie
- 1 bustina di vanillina in polvere
- 1 limone biologico (la scorza grattugiata) + q.b. cannella in polvere

Per la farcitura di 12 Cassatine al forno

- 1 kg ricotta fresca, meglio se di pecora, privata del suo siero (molto soda)
- 250 g zucchero a velo
- 1 bustina di vanillina

+ 125 g circa gocce di cioccolato fondente o a scaglie

+ 1 uovo e poco latte per spennellare

Per la decorazione

zucchero a velo, cacao amaro e/o cannella in polvere

NOTA IMPORTANTE PER I CORSISTI CHE VOGLIONO FARE LE CASSATINE AL FORNO

La Crema di ricotta (da preparare la sera prima del corso)

Iniziare a preparare la crema di ricotta la sera prima, amalgamando bene la ricotta (già privata del suo siero e ben asciutta) con lo zucchero e la vanillina e conservandola in frigorifero per tutta la notte. Quindi, l'indomani mattina, passarla al setaccio per tre volte di seguito (o con frullatore ad immersione, a brevi colpi). A questo punto la crema è pronta, conservatela in frigo sino all'uso.

RICETTE COMPLETE



BOCCONCINI BIANCHI E NERI DA BUFFET maisfree

INGREDIENTI PER 10 BOCCONCINI (5 bianchi e 5 al cacao)

100 g farina di riso finissima + 50 g amido di riso + 50 g fecola di patate + 15 g farina di quinoa + 8 g farina di psillio + 4,5 g xantano)

235 g acqua

5 g sale

4 g lievito di birra secco (da riattivare. Oppure 10 g fresco. Si può ridurre e attendere più tempo. Con questa quantità ci vorrà circa 1 ora)

2,5 g cacao amaro in polvere (per farli neri neri, stesso peso di carbone vegetale)

1 cucchiaino di miele di acacia

1 cucchiaio di olio EVO

+ 1 uovo per spennellare e semini/fiocchi a piacere per ricoprire i panini

STEP 1 IMPASTO E PUNTATA A META' RADDOPPIO

Amalgamare bene fra loro farine, amidi, addensanti e sale, quindi versare tutto sopra 210 g di acqua (in cui avrete sciolto e riattivato il lievito assieme al miele; tenere da parte i restanti 25 g di acqua, serviranno per differenziare gli impasti) e iniziare ad impastare (con gancio a K se si usa la planetaria,

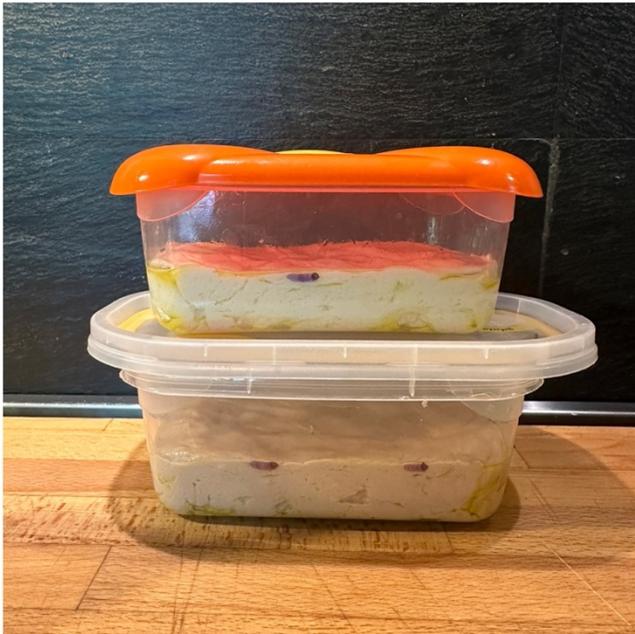
con fruste elettriche a spirale se si usa il frustino elettrico, oppure con cucchiaino e forchette se si impasta a mano). Aggiungere l'olio e far amalgamare bene, poi dividere l'impasto in due parti di pari peso (circa 226 g ciascuna) e reimpastarne una parte aggiungendogli 10 g di acqua (per fare i panini bianchi), quindi versarla in un contenitore piccolo unto con olio (capacità interna del contenitore litri ...), a seguire reimpastare l'altra metà aggiungendo il cacao disciolto nei restanti 15 g di acqua. Versare anche l'impasto al cacao in un altro contenitore piccolo e unto, livellare bene entrambi gli impasti e segnare delle tacche per seguirne la lievitazione. Coprire a campana e far lievitare sino alla metà del raddoppio, quindi procedere immediatamente con la formatura.

STEP 2 FORMATURA E APPRETTO AL QUASI RADDOPPIO

Versare l'impasto (prima quello bianco) sulla spianatoia unta e dividerlo in 5 parti di egual peso (circa 45 g di impasto), smontarle una per una e schiacciarle sino ad ottenere un disco di circa 8 cm, piegarlo e richiuderlo per formare una pallina, pirlarla e levigarla con le mani unte e riporla a lievitare in una teglia (diametro cm 30) rivestita di carta da forno. terminate le prime 5 palline bianche procedere subito con l'impasto al cacao, allo stesso modo (il peso sarà leggermente maggiore, circa 48 g ciascuna). Una volta terminate tutte, coprire a campana e far lievitare sino al quasi raddoppio, ma attenzione che essendo piccoli si corre il rischio di farli crescere troppo, non devono assolutamente raddoppiare, nel dubbio meglio sempre anticipare che non infornare a lievitazione troppo spinta.

STEP 3 COTTURA

Spennellare con uovo sbattuto, ricoprire con semi vari (nelle foto, semi di lino nero in quelli bianchi e fiocchi di avena in quelli al cacao) e infornare in forno caldo a 220°C statico, con pentolino d'acqua bollente inserito alla sua accensione, in posizione centrale. Cuocere per circa 25 minuti scalando a 200°C la temperatura dopo i primi 10 minuti e per gli ultimi 5 minuti a 150°C. Far intiepidire in forno spento con sportello a fessura.



NOTA: vi invito a guardare con attenzione le immagini allegate, vi esorto a controllare bene ogni dettaglio del processo di lievitazione.



TETU' & TEIO

INGREDIENTI per circa 45 dolcetti

500 g miscela di farine naturali (333 g farina di riso + 111 g fecola di patate + 56 g amido di mais + 5 g xantano)
150 g farina di mandorle (o mandorle pelate, da ridurre in polvere)
150 g zucchero
140 g marmellate e/o creme a piacere (anche miste a canditi, il tutto frullato assieme. Io ho messo 50 g di zucca candita, 40 g marmellata di pere, 30 g marmellata di arance e circa 20 g di pasta di mandarino, sostituibile con mandarini canditi)
120 g strutto
50 g burro
1 uovo medio
circa 50-55 g di latte (in base all'assorbimento dell'impasto, alla grandezza dell'uovo, ecc)
9 g ammoniaca per dolci
1 pizzico di sale
aromi: 1 bustina di vanillina + cannella in polvere, abbondante + la scorza grattugiata di 1 limone bio

per quelli al cacao:

25 g di cacao amaro + 30 g crema di nocciole (ingredienti da aggiungere solo in metà impasto)

per la glassa bianca, dei Teio:

1 albume + 125 g di zucchero a velo vanigliato

per quella nera, dei Tetù:

1 albume + 110 g di zucchero a velo vanigliato + 15 g cacao amaro in polvere q.b. ed eventualmente un goccio di acqua se dovesse essere troppo densa

PROCEDIMENTO

Miscelare tutte le polveri (farine, amidi, addensanti, zucchero, sale, ammoniaca, vanillina, cannella) miscelare l'uovo alla marmellata (eventualmente frullata assieme ai canditi, se li mettete) e alla scorza del limone, tagliare a pezzetti il burro e pesare tutti gli altri ingredienti.

Versare nella ciotola dell'impastatrice (gancio a foglia, o a K) le polveri e sopra di esse burro e strutto in piccoli pezzetti, avviare la macchina (se si lavora a mano il procedimento è lo stesso) e impastare sino a sabbare bene il tutto, poi versare l'uovo con la marmellata e impastare bene sino ad ottenere un composto omogeneo, da ammorbidire col latte. Il latte va aggiunto un poco alla volta, tenendone un poco da parte per aggiungerlo dopo, se necessario.

Per controllare se l'impasto è correttamente idratato, prelevarne un pugno e lavoralo con le mani, rollarlo sulla spianatoia e se si forma facilmente un salame senza crepe o spaccature ma ben liscio, allora l'impasto è perfetto. Se invece si crepa e/o si spappola in pezzi, vuol dire che l'impasto è ancora poco idratato, aggiungere poco latte e impastare di nuovo.

Una volta ottenuta la giusta idratazione, prelevare metà impasto ed aggiungervi il cacao e la crema di nocciole, impastare nuovamente e ripetere la prova di prima: se l'impasto si crepa è ancora un poco secco (colpa del cacao, che assorbe molti liquidi asciugando il tutto), in tal caso basta aggiungere poco latte e re impastare.



Procedere quindi, anche senza riposo, con la formatura dei biscotti.

Rollare un pezzo di impasto alla volta sulla spianatoia, infarinando leggermente al bisogno per evitare che si attacchi (farina di riso). Formare dei salami di circa 3,5 cm di diametro, tagliarli a cubetti e poi rollarli o maneggiarli per arrotondarne le estremità. I Tetù sono dei biscotti piuttosto irregolari, non dovete fare delle palline perfette.



Riporli su carta da forno e cuocerli per circa 12-15 minuti a 190°C statico. Resteranno morbidi. Farli raffreddare su gratella per almeno un paio d'ore poi glassarli (calarli nella glassa e poi togliere l'eccesso di glassa, anche con le mani), scolarli su gratella due minuti e rimetterli sulla stessa carta in cui hanno cotto, ripassandoli in forno caldo a 120°C per circa 10 minuti e comunque sino a far asciugare bene la glassa.

NOTA: Preparare la glassa in ultimo, frullando l'albume con lo zucchero a velo e il cacao (nel caso di quella nera, per i Tetù).

Una volta ben freddi, inserirli in sacchetti di carta per pane dentro una scatola per biscotti, oppure in bustine per alimenti, legate in cima. Conservarli al buio, in dispensa.



LE CASSATINE AL FORNO

Si consiglia (a meno di esigenze personali) di dimezzare tutte le dosi (perché sono da consumare entro 24-48 ore)

INGREDIENTI per circa 12 Cassatine

- 250 g farina di riso finissima
- 85 g fecola di patate
- 65 g amido di mais
- 50 g amido di tapioca
- 8 g xantano
- 1 pizzico di sale
- 4 g lievito per dolci
- 200 g zucchero semolato
- 150 g strutto o in alternativa stesso peso di burro chiarificato (nel caso si usi burro normale, metterne 225 g e ridurre le uova a 2), la versione siciliana autentica è con lo strutto
- 3 uova fresche medie
- 1 bustina di vanillina in polvere
- 1 limone biologico (la scorza grattugiata) + q.b. cannella in polvere

Per la farcitura di 12 Cassatine al forno

- 1 kg ricotta fresca, meglio se di pecora, privata del suo siero (molto soda)
- 250 g zucchero a velo
- 1 bustina di vanillina

+ 125 g circa gocce di cioccolato fondente o a scaglie

+ 1 uovo e poco latte per spennellare

Per la decorazione

- zucchero a velo, cacao amaro e/o cannella in polvere

PREPARAZIONE

STEP 1 La Crema di ricotta (da preparare la sera prima del corso)

Iniziare a preparare la crema di ricotta la sera prima, amalgamando bene la ricotta (già privata del suo siero e ben asciutta) con lo zucchero e la vanillina e conservandola in frigorifero per tutta la notte. Quindi, l'indomani mattina, passarla al setaccio per tre volte di seguito (o con frullatore ad immersione, a brevi colpi). A questo punto la crema è pronta, conservatela in frigo sino all'uso.

STEP 2 la Pasta Frolla

Dentro una ciotola miscelare tutte le farine, gli amidi, lo xantano, la vanillina, la cannella, il sale, il lievito, lo zucchero e le scorzette di limone.

Aggiungere lo strutto e lavorare con la frusta (della planetaria, o con le mani, ma se fa caldo meglio ridurre al minimo il contatto con le mani), riducendo il tutto ad una consistenza sabbiosa. Aggiungete quindi le uova sbattute, una alla volta, considerando che il terzo uovo potrebbe essere aggiunto solo in parte, dipende dal peso delle uova stesse (può anche capitare infatti di doverne aggiungere parte di un quarto uovo, se sono particolarmente piccole). Lavorate il giusto necessario l'impasto, con le mani, sino ad ottenere un panetto liscio e compatto, poi avvolgetelo con pellicola e fatelo riposare per almeno 30 minuti nel frigo (ma si conserva perfettamente per almeno due giorni. Si può anche congelare).

STEP 3 Le Cassatine

Riprendere il panetto dal frigo e se troppo duro attendere qualche minuto (più soggiorna in frigo, più dovrà sostare a t.a. per ammorbidirsi). Poi lavorarlo con le mani: lavorarlo molto a lungo se volete ottenere una grande elasticità (per spessori molto molto sottili o per particolari realizzazioni) oppure lavorarlo quanto basta, se volete fare semplici crostatine o biscotti frollini (come in questo caso). Più si lavora più si raffina e diventa elastico e liscio come la seta. Per crostate di grandi dimensioni, stendere su carta da forno, per pasticceria più piccola basta infarinare leggermente il piano da lavoro con farina di riso, al bisogno. Stendere la frolla ottenendo uno spessore di 3 mm, ritagliare dei dischetti della dimensione utile a rivestire internamente gli stampini (precedentemente imburati e infarinati o trattati con staccante alimentare), e altri più piccoli per la chiusura. Riempiteli di gocce o scaglie di cioccolato fondente, su di queste la crema di ricotta e per finire (facoltativo) altre gocce o scaglie di cioccolato. Spennellare con albume le parti di frolla che entreranno in contatto, quindi sovrapporre il dischetto superiore, di chiusura, e sigillare bene con attenzione. Praticare dei buchetti con lo stuzzicadenti per la fuoriuscita del vapore (uno appena un po' più grosso al centro) e riporre per almeno un paio d'ore nel freezer. Poi spennellare con uovo sbattuto con poco latte e infornare.

NOTA: per evitare che in cottura la crema, scaldandosi, fuoriesca spaccando la frolla vi consiglio di riporre nel freezer le Cassatine, prima di cuocerle, per almeno un paio d'ore (potete congelarle anche per molto tempo, anche giorni). Quindi infornatele direttamente congelate.



STEP 4 La cottura

Cuocere a 180°C ventilato per circa 20 minuti.

Farle raffreddare bene, controllare che siano ben staccate dallo stampo e capovolgere una teglia abbastanza grande da abbracciarle tutte assieme, poggiarla sullo stampo con le Cassatine e rivoltare.

Se in cottura vedrete succedere cose strane, tipo la base che si stacca e sale su.... è perché avrete messo troppa ricotta (ma ci sta bene!!!) o era troppo piena di acqua: col calore gonfia, ma poi raffreddando tutto torna al suo posto, e girandole al contrario non si vedrà nulla 😊

Spolverare con zucchero a velo e decorare (con stencil o a mano) con pochissimo cacao amaro e/o cannella in polvere. Conservare in frigorifero, parte alta, se non si consumano in giornata.