Ricciarelli al pistacchio. Aggiungi un posto a tavola…



…che c'è un amico in più,
se sposti un po' la seggiola
stai comodo anche tu …

Buondì ragazzi, siamo già alla seconda settimana di dicembre e il Natale si sta avvicinando davvero a grandi passi senza che quasi me ne renda conto. Sarà il caso che mi dia una mossa a pensare ai regalini se non voglio ritrovarmi con le corse dell'ultimo minuto.

Chissà, magari domenica potrei approfittare della visita della mamy per preparare insieme qualche biscottino..vedremo.

E voi, a che punto siete? Che programmi avete per questo fine settimana?

Spesso si approfitta per organizzare cene e fare baldoria con gli amici ma se uno di

loro fosse celiaco? Vi è mai capitato? A me fino ad ora mai. Anzi, fortunatamente nessuna delle persone con cui ho più diretto contatto soffre di questa patologia. Ma se un giorno mi trovassi a dover preparare un menu gluten free come me la caverei? Questo è quello che ho pensato quando ho letto dell'interessantissimo contest di Simonetta, una proposta che ho trovato subito molto UTILE e stimolante per approfondire un po' le conoscenze su questa patalogia che sta diventano sempre più diffusa nella nostra società.

Mangiare non è solo una necessità biologica, ma anche un piacere dei sensi e a dispetto di quanto si possa pensare con superficialità, si può mangiare con gusto anche in caso di intolleranza al glutine.

Esistono intere categorie di alimenti naturalmente "gluten free" : riso, mais, legumi, carne fresca, pesce, uova, frutta, verdura. Basta un po' di attenzione nella preparazione e nell'utilizzo di utensili non "contaminati" da glutine e la cena può essere risolta molto più facilmente di quanto si pensi.

E poi diciamocelo, quante volte è capitato anche ai non celiaci di mangiare "gluten free" senza nemmeno rendersene conto?

Prendendo spunto dal contest di Simonetta, ho deciso quindi di mettermi alla prova, nonostante non mi possa definire un campione nell'allestire un menù secondo regole precise, ed ecco quello che mi piacerebbe proporre ad un eventuale amico celiaco che volesse fermarsi a cena da me.

Primo piatto: riso al salmone e arancia
Secondo piatto: tranci di salmone all'arancia
e per finire in dolcezza, prendendo spunto dai più famosi ricciarelli senesi…



Ricciarelli al pistacchio

Print
Prep time
14 hours
Cook time
12 mins
Total time
14 hours 12 mins

Per circa 45 ricciarelli
Author: Federica
Recipe type: Piccola pasticceria
Serves: 20
Ingredienti

- 250 gr di mandorle pelate e perfettamente asciutte
- 250 gr di pistacchi non salati pelati
- 400 gr di zucchero semolato finissimo (tipo Zefiro)
- 2 albumi grandicelli (circa 90 gr)
- ½ cucchiaino di ammoniaca per dolci
- i semi di un baccello di vaniglia
- qualche mandorla amara
- scorza grattugiata di limone bio (facoltativo)
- zucchero a velo per lo spolvero (come da prontuario AIC)

Procedimento

1. Tritare mandorle e pistacchi azionando il mixer ad intermittenza per evitare che si scaldino eccessivamente, rilasciando olio.
2. Aggiungere eventualmente una piccola parte di zucchero per facilitare l’operazione.
3. Mettere lo zucchero semolato in una ciotola e aggiungere l’ammoniaca, mescolando.
4. Unire anche mandorle e pistacchi tritati, scorza di limone, semi di vaniglia e mescolare bene.
5. Aggiungere gli albumi leggermente sbattuti (non tutti

insieme, potrebbero non essere necessari), e lavorare con le mani fino ad ottenere un impasto omogeneo piuttosto umido. Va bene così!
6. Coprire la ciotola con pellicola e lasciarla riposare a temperatura ambiente da 12 a 24 ore.
7. Trascorso il riposo, formare i “pistacchielli”.
8. Con la pasta formare dei salami di 4-5 cm di larghezza piuttosto squadrati, tagliarli a fette di circa 1cm di spessore e modellarli con le mani cercando di ottenere dei rombi dai bordi leggermente arrotondati.
9. Spolverare la superficie con abbondante zucchero a velo e sistemare i “pistacchielli” sulla placca rivestita di carta forno.
10. Cuocere in forno caldo a 160°C per circa 10-15 minuti MA il tempo è puramente indicativo. Vanno sorvegliati costantemente, perchè devono rimanere morbidi e non colorire.
11. Sono pronti appena formano delle leggere crepe in superficie.
12. Non importa se sono incredibilmente molli e sembrano crudi: da freddi induriranno all’esterno restando morbidi all’interno.
13. Aspettare che siano completamente freddi prima di staccarli dalla placca e riporli in scatole di latta.
14. Si conservano bene per alcuni giorni…se durano!!!

Note
Io preferisco non ridurre la frutta secca a farina ma la lascio un po’ più grossolana perchè mi piace sentirne qualche pezzetto sotto i denti, però è questione di gusti.
Voi fate come preferite, temendo conto che l’assorbimento degli albumi varia in funzione della grana della frutta secca.



Il giorno dopo sono ancora più buoni se riuscite a non finirli subito.
Con questo menù ed i “pistacchielli” partecipo al contest di Simonetta

“Un Celiaco a Cena“

