

Cestino primavera

Araldi Leonardo

4 Enog A

Vengo ispirato per questo mio dessert dall'esplosione della primavera del mio giardino. Questo cestino è quasi totalmente composto da ingredienti biologici di mia produzione, come i limoni, il miele del mio vicino Antonio, le uova del mio pollaio e soprattutto farina biologica del grano personalmente macinato, proveniente da un campo di coltivazione senza pesticidi e fertilizzanti.

Ho preparato questo dolce light per far fronte a questa emergenza (coronavirus) che non ci permette di fare attività fisica come vorremmo e ci obbliga a restare in casa.

Passiamo subito agli ingredienti:

Per la pasta frolla occorre:

-120 gr di zucchero di canna;

-2 uova;

-100 ml di olio extravergine di oliva (ottenuto dalla macinatura delle mie olive);

- La buccia grattugiata dei limoni;

- 1/2 bustina di lievito per dolci;

- 250 gr di farina;

- 150 gr di fecola.

Come ho fatto:

In una bastardella ho unito le uova, lo zucchero, l'olio, la buccia grattugiata di mezzo limone e il lievito. Ho mescolato fino ad ottenere un composto omogeneo.



Dopo di che ho aggiunto le farine (La farina e la fecola di patate).



Con il mattarello ho steso l'impasto in una sfoglia di circa mezzo centimetro. Con un coppa pasta a fiore ho ricavato la forma desiderata, sistemandoli in uno stampo rovesciato per dargli la forma di un cestino.



Messi in forno a 180 °C per 20'.

La crema, attenzione, niente uova e zucchero !!!

Ho utilizzato:

-1/2 litro di latte;

-200 ml di miele;

-50 gr di farina;

-La buccia di 2 limoni.

Procedimento:

Far bollire il latte insieme alle bucce di limone, quando ha raggiunto il bollore ho aggiunto il miele e tutto il composto sulla farina, qualche minuto per far addensare e la nostra crema è pronta.

Con i due limoni che ho sbucciato, spremendoli ho fatto una coulis, con 2 cucchiaini di zucchero e mezzo cucchiaino di fecola.

Segue l'assemblaggio del piatto, con margherite e menta del mio giardino e fettina di limone.









Araldi Leonardo.

