



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002816 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 25 Mar 2019 alle ore 10:54

da BIANCA MARIA BELLEI

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Energico

Il Goloso

Un dessert goloso e sano, un dessert da mangiare in compagnia, da condividere. Un sole di frolla e il pomodoro al centro. Si spezza un pezzetto di frolla, ruvida, rustica e si intinge in una profumatissima confettura di pomodoro e fragole, giù, giù, fino ad incontrare la freschezza dello yogurt. Un dessert che con la sua golosità apre però la strada alle virtù dell'olio extra vergine di oliva, della frutta secca, delle spezie, dello yogurt, del pomodoro. Zuccheri raffinati? No grazie! Che dire, un vero concentrato di benessere, un dessert sano e mediterraneo!

Tempo di preparazione: 2 ore

Ingredienti per 4 persone

Per il biscotto di frolla: (se ne ricaveranno due o tre)

300 g di farina 0 macinata a pietra

100 g di zucchero muscovado

100 ml di olio evo delicato

n. 1 uovo e n. 1 tuorlo

n. 1 cucchiaino di lievito per dolci

2 g di sale

frutta secca mista: noci, mandorle, pistacchi

Per la confettura fragole e pomodoro:

180 g di pomodori datterini in conserva (scolati dal loro succo)

180 g di fragole

180 g di zucchero di canna

il succo di mezzo limone

n. 2 grani di pepe rosa

n. 2 grani di pepe bianco

n. 1 pezzetto di corteccia di cannella

semi di due spicchi di anice

semi di due capsule di cardamomo

n. 2 cucchiaini yogurt bianco

menta q.b.

Prodotti utilizzati

Pomodoro Datterino La Fiammante

Preparazione

Confettura: mondare le fragole, tagliarle a pezzetti, unirle ai pomodori tagliati in due, alle spezie (racchiuse in una garza), allo zucchero di canna e al succo di limone. Mescolare per sciogliere lo zucchero, coprire con pellicola da cucina e far macerare al fresco per una notte. Togliere il sacchettino delle spezie, portare su fuoco medio e cuocere fino ad addensamento. La confettura sarà pronta quando un cucchiaino della stessa faticherà a scendere da un piattino inclinato. Frolla: impastare tutti gli ingredienti, comporre un panetto, avvolgerlo in pellicola da cucina e far riposare in frigo almeno un'ora. Riprendere la frolla, stendere con un mattarello a 3 mm di spessore, ricavarne un cerchio dal diametro di circa 18 cm e privarlo al centro di un cerchio di 7 cm di diametro. Tostare la frutta secca in una padellina antiaderente riscaldata,

tritarla grossolanamente e affondarla nel disco di frolla. Cuocere in forno a 175° per 8 minuti.
Porre su un piatto il disco di frolla e al suo centro sistemare una ciotolina. Versarvi due cucchiai di yogurt bianco naturale e due o tre cucchiai di confettura di pomodoro e fragole. Profumare con foglioline di menta.