



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002844 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 01 Apr 2019 alle ore 10:31

da SOUL FOOD CIBO PER RINASCERE

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Energico

La crostata del sole

Un dolce fresco, senza uova e burro, sano e da mangiare senza sensi di colpa e nel pieno rispetto della piramide alimentare dell'alimentazione mediterranea. Questo dolce porta il sole e il benessere sulle nostre tavole, con l'inedito incontro tra il pomodorino giallo, il cacao amaro, la vaniglia e le nocciole, per un tripudio di emozioni degustative.

Tempo di preparazione: 1 ore

Ingredienti per 4 persone

Per la pasta frolla senza uova e burro:

150 g di farina tipo 2

100 g di farina di mais fumetto

n. 1 bustina di vaniglia bio

70 ml di acqua fredda

75 ml di olio di girasole

80 g di zucchero di canna integrale

n.1 cucchiaino di lievito per dolci (miscela di cremortartaro e bicarbonato)

Ingredienti per la composta di pomodorini gialli, vaniglia e cacao:

350 g di passata di pomodorini gialli

100 g di zucchero grezzo di canna (Muscovado)

n.1 bustina di vaniglia bourbon biologica

20 g di nocciole pelate

n. 1 cucchiaino di cacao amaro

n. 1 bustina di agar agar

Prodotti utilizzati

Passata di pomodorini gialli

Strumenti di cottura

Casseruola, Forno

Preparazione

Procedimento per la composta: in una casseruola mettere la passata di pomodorini con lo zucchero, la vaniglia, le nocciole ridotte in granella e il cacao amaro. Portare ad ebollizione gli ingredienti dopodiché inserire nel composto l' agar agar, che gelifica quando si raffredda.

Procedimento per la pasta frolla: in una terrina mescolare gli ingredienti secchi (farina, zucchero, vaniglia, il lievito).

Prendere un recipiente e inserire l'acqua fredda con l'olio e sbattere, finché si crea una miscela biancastra. Aggiungere i liquidi agli ingredienti secchi e mescolare. Creare una palla con l'impasto e lasciarla raffreddare in frigo per almeno 30 minuti. Preriscaldare il forno a 180° con forno statico. Prendere dal frigo la pasta frolla e stenderla con il matterello aiutandosi con due fogli di carta da forno, metterla in uno stampo da torta, aggiungere la composta di pomodorini precedentemente preparata e infornare la crostata per 25/30 minuti.