

Biscotti con Farina di Mais Blu e Nocciole (by Charles)

Avete mai sentito parlare della farina di mais blu? Questo tipo di farina si ottiene dal mais di selce blu, un'antica varietà originaria del Centro America in passato molto diffusa tra le popolazioni Inca, Maya e Azteca. La farina ha un colore blu-grigiastro, diventando più blu quando cotta. Ha generalmente una consistenza ruvida e, di conseguenza, dà un prodotto alimentare finito più denso rispetto alla farina di mais bianca o gialla. È usata per fare l'atole, patatine di mais, nixtamal, pane di piki e tortillas. La vera farina blu è ricca di proprietà salutistiche, di fibre, di antiossidanti come i polifenoli, ma soprattutto di antocianine fondamentali nella cura delle patologie cardiovascolari. Infine è una farina priva di glutine.

La ricetta che sto per proporvi è per realizzare dei biscotti rustici e libidinosi. Ho voluto combinare diverse tipologie di farine ma soprattutto unire quella di mais a quella grezza di nocciole conferendo un gusto particolare.

Ingredienti

- 100 gr di farina 00
- 70 gr di farina 0
- 30 gr di amido di riso
- 100 gr di farina di mais blu
- 70 gr di farina grezza di nocciole
- 75 gr di zucchero di canna
- 75 gr di zucchero bianco
- 2 uova intere
- 2 gr di sale fino
- 120 gr di burro (tipo quello bavarese)
- 1 bustina di vanillina
- 6 gr di lievito per dolci

Preparazione

In una ciotola capiente mescolate le farine con il lievito setacciato e il sale.



In un'altra ciotola sbattete il burro con i due tipi di zucchero fino a spumare.



Aggiungete le uova una alla volta e sbattete per omogenizzare il composto. Versateci il mix di farine mescolate aiutandovi con una spatola o cucchiaio fino ad ottenere un'impasto abbastanza morbido ma omogeneo.



Coprite con della pellicola trasparente e mettere a riposo in frigorifero per circa 1 ora.

Riprendete la pasta, stendetela con un mattarello da cucina ad uno spessore di almeno 1 cm. Con la formina che più vi piace intagliate i vostri biscotti. Posizionateli distanziati sulla teglia rivestita con della carta forno.



Cuoceteli in forno statico e preriscaldato a 180° C per circa 15-20 minuti. Dovranno risultare dorati e friabili. Nella fase

di raffreddamento tenderanno poi ad indurirsi al giusto.

Potete conservarli in una scatola di latta o in un contenitore di vetro.

