

# I biscotti “ESSE”

I biscotti ad “Esse” sono semplici e veloci da preparare. Semplici ingredienti per ottenere degli strepitosi e friabili biscotti. Uno tira l'altro!

## Ingredienti:

- 150 gr di farina 00
- 50 gr di farina di riso
- 100 gr di fecola di patate
- 125 gr di zucchero a velo vanigliato
- 1 uovo intero
- 150 gr di burro ammorbidito di buona qualità (tipo Lurpak classico)
- 1 gr di sale
- 1/4 cucchiaino di lievito in polvere per dolci
- 1 cucchiaino di estratto aroma vaniglia (o pasta aromatica)
- cioccolato fondente q.b. per la copertura

## Procedimento:

In una ciotola capiente versate e mescolate tutti gli ingredienti secchi. Ora aggiungeteci quelli umidi ed iniziate ad impastare. Il composto vi risulterà molle ma ciò è voluto. Prendete una sac à poche con beccuccio grande a stella e riempitelo con la pasta molle.

Su di una teglia rivestita con carta forno oppure utilizzando, come nel mio caso, un tappetino microforato in silicone, formate i biscotti ad “esse” e ben distanziati fra loro.



Cuoceteli in forno statico e preriscaldato a 180° C per circa 15 minuti. Sfornateli e lasciateli raffreddare completamente.



Sciogliete il cioccolato fondente a bagnomaria o nel microonde. Prendete i biscotti e pucciateli per metà nel cioccolato. Scolateli bene ed adagiateli sul tavolo sopra della carta forno o alluminio. Lasciate che il cioccolato si indurisca e potete servirli.



Alla prossima.

# **I Pasticciotti Leccesi con Crema, Ricotta e Amarene**

I Pasticciotti sono dei dolcetti tipici della pasticceria salentina. Un friabile guscio di pasta frolla riempito con della crema pasticcera e/o ricotta e con l'aggiunta per esempio di amarene oppure del cioccolato, della crema di nocciole, di pistacchio, ecc. Insomma, esistono diverse varianti di questo fantastico dolcetto. La loro forma classica è quella ovale. Nel mio caso ho utilizzato una teglia per muffins da 12. Utilizzando la ricetta della mia frolla otterrete dei Pasticciotti talmente friabili e gustosi che non resisterete alla loro tentazione.

## **Ingredienti per 12 Pasticciotti**

### **Per la frolla di Charles:**

- 300 gr di farina 00
- 100 gr di fecola di patate
- 120 gr di zucchero a velo vanigliato
- 20 gr di zucchero grezzo integrale di cocco
- 180 gr di burro ammorbidito di buona qualità (tipo il Lurpak classico)
- 3 tuorli d'uovo
- 1 cucchiaino di estratto aroma vaniglia (oppure la scorza grattugiata di mezzo limone non trattato)
- 1 cucchiaino colmo di miele d'acacia
- 1 gr di sale fino

### **Per il ripieno:**

Ricetta per la crema pasticcera con consistenza più solida utilizzando le uova intere:

- 2 uova intere
- 100 gr di zucchero semolato
- 250 ml di latte intero
- 35 gr di amido di mais
- un cucchiaino di estratto di aroma vaniglia (o una baccello o una bustina di vanillina)
- 200 gr di ricotta fresca

Infine in aggiunta alla crema-ricotta già composta:

- amarene denocciolate in sciroppo di amarena (es. Fabbri)

## Preparazione

Per prima cosa preparate la crema pasticcera. In un pentolino versate le due uova intere con lo zucchero e la vaniglia e sbattete il tutto fino ad ottenere un composto spumoso. Aggiungeteci l'amido e continuate a mescolare per amalgamare il tutto.

In un pentolino a parte portate a bollire il latte. Appena inizia a bollire toglierlo dal fuoco e versarlo sul composto precedente mescolando fin da subito per evitare grumi. Riportate la crema sul fuoco medio e continuate a girare fino a quando non si sarà addensata ed inizierà a "scrivere".



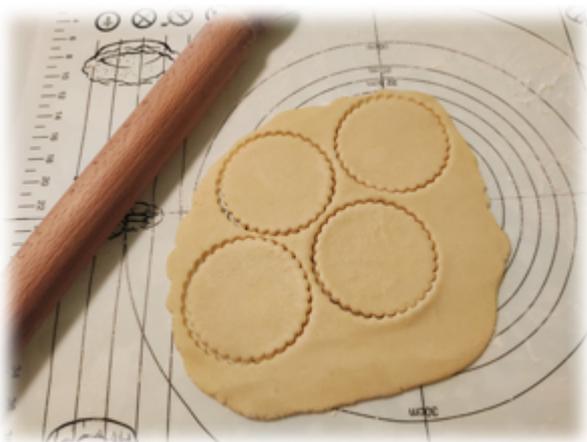
Toglietela dal fuoco, metteteci sopra un foglio di pellicola

trasparente e lasciate intiepidire.



Preparate la frolla: in una ciotola capiente versate e mischiate la farina setacciata con lo zucchero a velo, quello di cocco, la fecola ed il sale. Aggiungeteci il burro, il miele e i tuorli ed iniziate ad impastare il tutto fino a formare una palla che risulterà molto morbida (ciò è normale). Avvolgetela nella pellicola trasparente per alimenti e mettetela in frigorifero a riposare per almeno 1 ora.

Trascorso il tempo del riposo riprendete la pasta e stendetela con il mattarello ad uno spessore di mezzo centimetro. Con un coppa-pasta o stampo tondo intagliate dei dischi di pasta frolla che andrete ad inserire nelle unità della teglia per muffins.





Riprendete la crema pasticcera che si sarà raffreddata ed inseriteci la ricotta. Mescolate con cura per amalgamare i due composti.



Riempite i Pasticciotti con la crema-ricotta, inseriteci al centro un'amarena con un pochino di sciroppo e schiacciatela leggermente per farla penetrare più in profondità.



Richiudete il Pasticciotto con un altro disco di pasta frolla ma di diametro più piccolo e fate aderire le estremità per

evitare che fuoriesca la farcitura in cottura.



Cuocete i Pasticciotti in forno statico e preriscaldato a 180° C per circa 25 minuti. Controllate sempre la cottura. Appena diventano belli marroncini potete tirarli fuori dal forno e lasciarli raffreddare. Se notate che in superficie tendono a spaccarsi (a creare delle crepe) non abbiate paura perchè poi in fase di raffreddamento tendono a ritirarsi. Generalmente le crepe si vengono a formare (come è successo anche a me) perchè si è messa troppa farcia ed è entrata in contatto con la chiusura superiore, e il calore spinge la farcitura verso l'alto gonfiandosi.

Vi assicuro che la loro bontà vi stupirà provocando una vera dipendenza. Provate anche la variante con la Nutella al posto delle amarene: una vera goduria!

*Alla prossima,  
Charles.*

---

## **Brownies Proteici Low Carb**

Ecco un'ottima ricetta per ottenere dei Brownies davvero gustosi e soprattutto che rimangono umidi al loro interno. Questa ricetta è low carb ed è l'ideale per chi segue una

dieta oppure semplicemente per chi fa sport e vuole mantenersi in forma. Difatti la ricetta non prevede ne burro ne zucchero, se non il semplice sciroppo d'acero. Lo sciroppo d'acero è un dolcificante naturale, un liquido zuccherino ottenuto bollendo la linfa dell'acero da zucchero e dell'acero nero. In alternativa potete utilizzare la melassa o la stevia.

## **Ingredienti:**

- 1 banana matura
- 90 gr di polpa di mela non zuccherata
- mezzo avocado maturo
- 80 gr di farina d'avena istantanea oppure farina d'avena super fine
- 50 gr di cacao amaro in polvere
- 2 cucchiaini di sciroppo d'acero / o melassa / o stevia
- 1 uovo (da dividere il rosso dal bianco)
- 40 ml di latte di cocco
- 1 cucchiaino di olio di cocco
- un pizzico di sale
- cioccolato fondente >90% (quanto basta per la copertura finale)

## **Preparazione:**

In una ciotola capiente sminuzzate la banana e l'avocado aiutandovi con una forchetta fino ad ottenerne una papetta. Aggiungeteci la polpa di mela e mescolate il tutto.



Ora aggiungeteci la farina, il cacao setacciato, lo sciroppo d'acero, il sale, l'olio di cocco, il latte di cocco e mescolate.



Ora aggiungeteci il tuorlo d'uovo ed amalgamate. A parte montate l'albume ed incorporatelo delicatamente al composto.



Prendete uno stampo a cerniera (nel mio caso ho utilizzato uno stampo tondo da 20 cm diametro) oppure quadrato, rivestitelo con della carta forno e versateci il composto.



Cuocete in forno statico e preriscaldato a 180° C per circa 25 minuti.

Sfornate e lasciate raffreddare. Dopodiché estraete la torta dallo stampo ed adagiatela su di un piano. Fate sciogliere del cioccolato fondente e distribuitelo sopra la torta.



Una volta che il cioccolato si sarà indurito nuovamente potete tagliare la torta a quadretti ottenendo così i vostri Brownies.

***Be fit and sweet*** ☐

---

# Morbidosi al Pistacchio con Ripieno

Altra strepitosa ricetta per dei biscotti davvero golosi e che racchiudono un ripieno cremoso. Come preparazione sono simili ai "Morbidosi al Limone", ma sostituendo il limone con la farina di pistacchi. Inoltre sono farciti con una squisita crema di pistacchio. Da provare! ☐

## Ingredienti per 14-15 biscotti:

- 110 gr di zucchero a velo vanigliato
- 130 gr di farina 00
- 100 gr di farina di pistacchi
- 50 gr di fecola di patate
- 100 gr di burro ammorbidito di buona qualità
- 1 uovo
- 8 gr di lievito per dolci
- 1 gr di sale fino
- crema di pistacchio (con min. 50% di pistacchi) q.b. per farcire

## Preparazione:

Per prima cosa consiglio di preparare quello che sarà il ripieno. Per questo ho utilizzato un semplice stampo in silicone per cioccolatini. Ho riscaldato leggermente la crema di pistacchio e poi l'ho distribuita all'interno degli stampini. In alcuni ho messo la Nutella (sorry hihhi :-P). Poi ho messo lo stampo nel freezer per farli indurire.



Preparazione dei biscotti: in una ciotola capiente versate la farina 00, lo zucchero a velo, la fecola, il sale ed il lievito setacciato e mescolate.



Ora aggiungeteci la farina di pistacchi e mescolate.



Ora aggiungete l'uovo sbattuto leggermente ed il burro ammorbidito ed iniziate ad impastare. La pasta vi risulterà molto morbida ma ciò è voluto.



Avvolgetela nella pellicola trasparente e mettetela in frigorifero a riposare per circa 1 ora.

Trascorsa l'ora ritirate la pasta dal frigorifero e prendetene un pezzettino, schiacciatelo leggermente ed inseriteci al centro una porzione di crema al pistacchio ancora congelata.



Richiudete poi con dell'altra pasta facendo attenzione a chiudere bene lungo i lati ed arrotolandolo coi palmi delle mani.

Adagiate il biscotto così ottenuto su una teglia rivestita da carta forno. Distribuite tutti i biscotti **ben distanziati** fra loro perchè in cottura tenderanno ad allargarsi.



Cuoceteli in forno statico e preriscaldato a 180° C per non più di 15 minuti. Sfornateli e lasciateli raffreddare prima di servirli.



Questi biscotti sono di una bontà incredibile, credetemi, e per chi ama il pistacchio ne impazzirà.

*Alla prossima.*

*Ciaoooo*

---

**Charles è anche su Instagram:**

# @pasticciando.it

Carissimi utenti vi ricordiamo che Charles è anche su Instagram e potete seguirlo cliccando **QUI** e poi mettendo un "Mi piace" alla pagina. In questo modo sarà più facile **interagire** con lui **commentando** e ponendo **domande** sui suoi post oppure inviare dei semplici **messaggi** privati per avere **consigli** o quant'altro.

Vi aspettiamo. Un abbraccio a tutti.

---

## La Crostata all'Albicocca di Iginio Massari

La crostata all'albicocca è un dolce classico ed il più noto fra le crostate. L'abbinamento con il gusto e la delicatezza della confettura di albicocche lo rese famoso e rimane pertanto un dolce intramontabile ed amato dalla stragrande maggioranza delle persone. Il M° Iginio Massari propone la sua ricetta iconografica con un procedimento innovativo che consente di ottenere una crostata regolare e cotta uniformemente. Provatela e vedrete che ne sarete pienamente soddisfatti. Come sempre ricordo che un ottimo burro di qualità (pannoso) fa la differenza. La seguente ricetta è la versione semplificata dove non viene richiesta la pesatura delle uova (o dei tuorli) e con il metodo "all in once".

### Ingredienti:

- 400 gr di farina 00
- 200 gr di burro **Lurpak** classico (o un altro burro ma di buona qualità) ammorbidito (non sciolto mi raccomando,

- deve restare plastico)
- 200 gr di zucchero a velo vanigliato
  - 2 gr di sale fino
  - 1 uovo intero medio + 1 tuorlo
  - 1 cucchiaino di estratto aroma vaniglia (oppure 1 baccello di vaniglia da recidere ed estrarne la parte aromatica)
  - scorza di mezzo limone grattugiato (non trattato o biologico)
  - confettura di albicocche q.b.

## **Procedimento:**

Il procedimento “all in once” prevede che gli ingredienti vengono fin da subito lavorati tutti insieme. Nella planetaria con il gancio foglia versate la farina, lo zucchero, il sale, il burro, poi aggiungeteci la scorza del limone, l'uovo, il tuorlo, e la vaniglia.

Azionate la macchina a velocità bassa e lavorate fino a quando non si sarà formata una pasta omogenea. Fate attenzione a non lavorarla troppo. Appena si è formata andrà spenta la macchina e versata la pasta sul tavolo da lavoro infarinato.

Lavoratela leggermente con le mani ed un poco di farina, formate una palla, appiattitela leggermente e copritela con della pellicola trasparente per alimenti. Mettete la frolla a riposare in frigorifero per almeno 2 ore in maniera tale che si ristabilizzi.

Riprendete la frolla, metteteci sotto la carta forno e con un mattarello stendetela fino ad uno spessore di circa mezzo centimetro. Trasferite la pasta con il foglio sulla teglia da forno. Con un anello per crostate (vi consiglio un anello forato) tagliate la pasta ottenendo un disco che sarà la base. Bucherellate la base coi lembi di una forchetta. Non togliete l'anello perchè vi servirà per contenere la cornice di frolla.

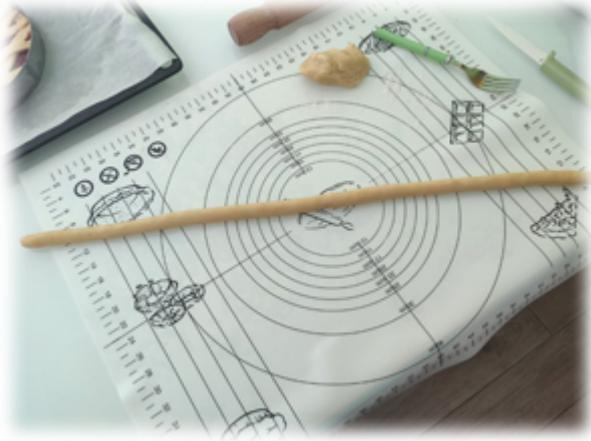


Versateci la confettura di albicocche e livellate con un cucchiaio senza arrivare al bordo crostata.

Con la pasta frolla avanzata stendetela ulteriormente ad uno spessore sottile e formate delle strisce che andrete a posizionare sulla confettura in moto diagonale o come meglio preferite. Questa fase come dice il M° Massari è molto importante ed è un procedimento tecnico più che decorativo, poiché se le strisce sono in quantità regolare la crostata in cottura non brucerà la confettura per il semplice motivo che uscirà l'umidità raffreddando la superficie.



Ora formate il bordo con la pasta avanzata. Arrotolate la pasta formando un bastoncino lungo. Sistematelo all'interno dell'anello forato e schiacciatelo leggermente per farlo aderire alla base.



Con un cucchiaio, o una forchetta o come nel mio caso, con un cartoncino rigido create una decorazione sul bordo che in questo modo vi consentirà di otterrete una maggiore aderenza alla base.





Decorazione con il cartoncino rigido



Decorazione coi lembi della forchetta

Cuocete la crostata in forno statico e preriscaldato a 170° C per circa 40 minuti. Controllate sempre la cottura perchè varia da forno a forno. Lasciatela raffreddare prima di servirla. Potete anche spolverarla con dello zucchero a velo vanigliato. Consiglio di consumarla almeno il giorno dopo se non due in maniera tale che prenda un poco di umidità e si ammorbidisca leggermente. All'inizio tenderà ad essere croccante.

*Alla prossima.*

*Ciaoooo*

