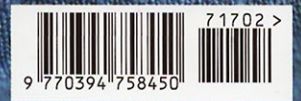


sale & pepe

Veg

SALEPEPE.IT
OTTOBRE/NOVEMBRE 2017
€ 5,00

Dolce
di manioca
pag. 15



BONTÀ SOTTOTERRA alla riscoperta di tuberi e radici **BENTO BOX** dalla tradizione orientale la pausa pranzo si fa chic **SEMBRANO RISOTTI** ma sono fatti con quinoa, farro e grano saraceno **DATTERI E FICHI** naturalmente dolci



SEMPLICI PIACERI

**SOFFICI DATTERI
MEDIORIENTALI**
Onnipresenti nei mercati
e sulle tavole dal Marocco
alla Penisola Arabica,
crescono al caldo sole del
deserto, grazie al quale
concentrano gli zuccheri,
risultando dolcissimi.
I migliori sono i Medjoul:
morbidi, polposi e ancora
ricchi di succo. Se ne usate
varietà più asciutte,
al momento di frullarli
in pasta allungate
con poca acqua.

Datteri e fichi

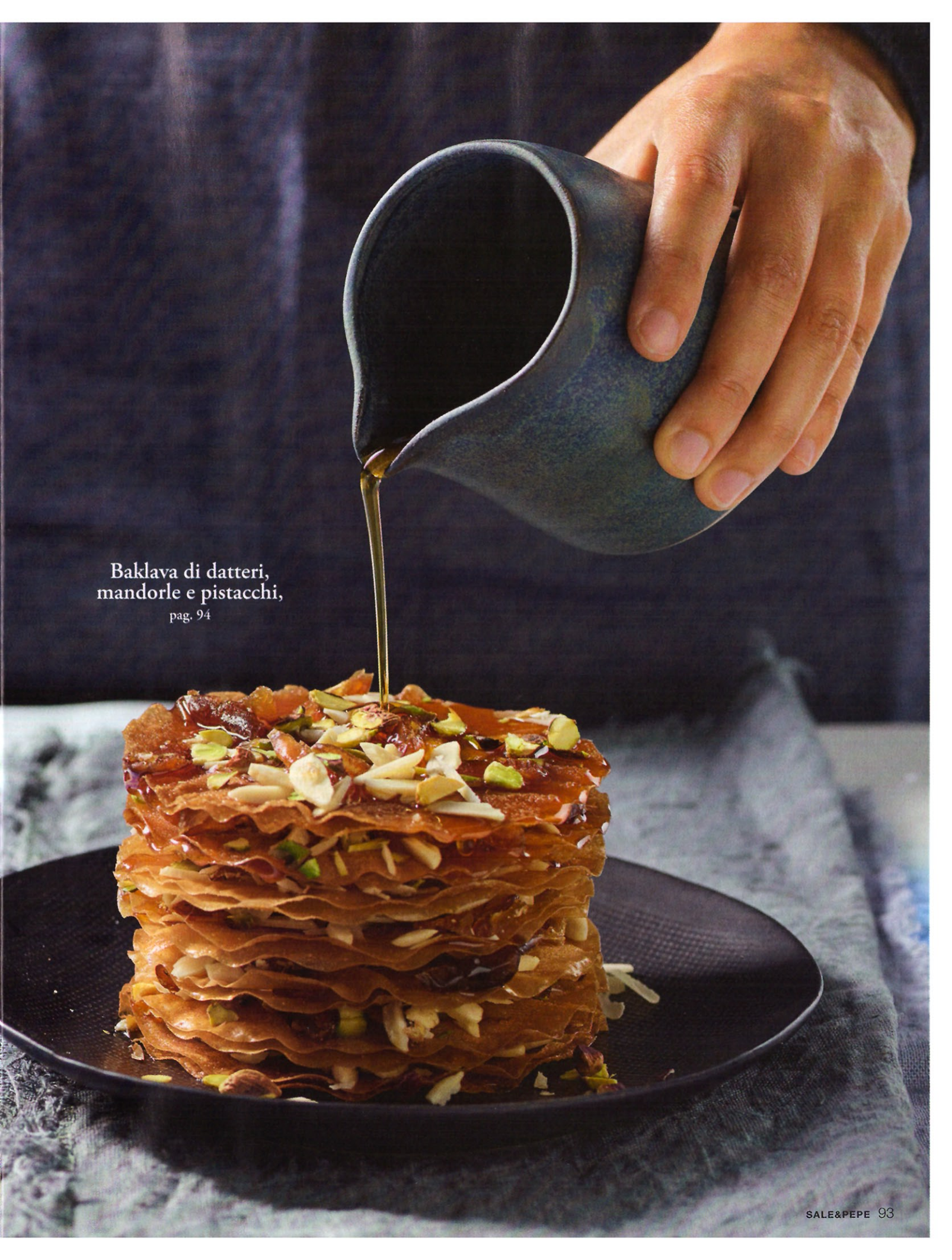
LA FRUTTA SECCA MORBIDA PIÙ ZUCCHERINA
ED ENERGETICA SI USA IN CREME E RIPIENI, PER
UNA PASTICCERIA NATURALMENTE DOLCE

ricette di Alessandra Avallone, ha collaborato Anna Montoldi,
foto di Felice Scoccimarro/Alkèmia, styling di Sara Farina



DOLCI FICHI DEL SUD

Tipici della tradizione del
nostro Meridione, i
migliori arrivano dal
Cilento (Campania) e dalla
zona di Cosenza (Calabria),
dove i fichi della varietà
Dottato si fregiano della
Dop. Per l'impiego in
cucina e in pasticceria
sceglieteli morbidi e
profumati, mai asciutti e
senza troppi semi croccanti
all'interno che, anche se
frullati, non si riuscirebbe a
sminuzzare abbastanza da
non sentirli sotto i denti.



Baklava di datteri,
mandorle e pistacchi,
pag. 94

BISCOTTI RIPIENI ALL'ARANCIA

PER 24 BISCOTTI

per l'impasto: 240 g di farina, più quella per la lavorazione - 125 g di tahina (crema di sesamo) - 60 g di olio di cocco - 1 cucchiaino di lievito in polvere - 1 cucchiaino di sciroppo d'acero - 1/2 cucchiaino di cannella in polvere - 1,8 dl di latte di mandorle - sale
per il ripieno: 450 g di fichi secchi - 3 cm di zenzero fresco - 1 arancia non trattata - sale

● **1** In una brocca mescolate il latte di mandorle, la tahina, l'olio di cocco e lo sciroppo d'acero. Mescolate brevemente nella ciotola del mixer la farina, la cannella, il lievito e un pizzico di sale. Con il mixer in azione, versate la miscela liquida continuando a lavorare finché si forma una palla di impasto. Avvolgetela in pellicola e lasciate riposare in frigo 1 ora.

● **2** Per il ripieno, lavate l'arancia, ricavate la scorza a filetti e spremete mezzo agrume. Sminuzzate nel mixer i fichi e lo zenzero, pelato e a pezzetti, con il succo d'arancia. Quando il composto è omogeneo aggiungete la scorza e un pizzico di sale.

Sul piano di lavoro infarinato stendete l'impasto con il mattarello a circa 2 mm di spessore. Ritagliate con un coppapasta 48 dischetti del diametro di 6 cm. Mettete al centro di metà dischetti un cucchiaino di ripieno, inumidite i bordi d'acqua e coprite con i dischetti rimasti, sigillando i bordi con i rebbi della forchetta. Cuocete in forno a 160° per 30 minuti. Lasciate raffreddare e spolverizzate, se vi piace, con zucchero di canna a velo.

FACILE

- Preparazione 45 minuti + il riposo
- Cottura 30 minuti ● 440 cal/porzione



Tessuto e tovaglioli in lino Forme di Farina. Nella pagina accanto, tovaglioli Forme di Farina, piatto Zafferano, bricchetto Julie Damhus, grembiule in jeans Sen Factory. Indirizzi a pagina 106