



LE RICETTE DI ANTONELLA CLERICI

OGGI IN FAMIGLIA

FINITE IN DOLCEZZA CON IL SORBETTO

PREPARATE UN DELICATO DESSERT CON FRAGOLE, MAIZENA E MIELE D'ACACIA E METTETELO IN FRIGO PER QUATTRO ORE. SE VOLETE CAMBIARE GUSTO, PROVATE ANCHE CON LE PESCHE



Bastano pochi ingredienti per ottenere un dessert da applausi come il sorbetto alla frutta. Ve lo propongo alle fragole ma, appena la stagione lo consentirà, vi suggerisco di prepararlo anche con le pesche. Nel primo caso vi servono solo 400 grammi di fragole (da scegliere, se possibile, provenienti da agricoltura biologica: saranno più piccole ma più saporite), un limone non trattato, miele d'acacia e maizena. La maizena, ovvero l'amido di mais, è la polvere ricavata dalla macinazione dei chicchi, usata in cucina come addensante per salse, creme e budini, ed è anche adatta per la preparazione di dolci per chi soffre di celiachia. In questa ricetta, la maizena è fondamentale. Una volta frullate le fragole, potete passarle anche in un setaccio per trattenere i se-

mini. Per dolcificare il sorbetto potete usare il miele d'acacia, il cui sapore si sposa molto bene con quello delle fragole, ma potete scegliere un miele di un'altra varietà o altri dolcificanti naturali come lo sciroppo di agave.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 gr. di fragole; un limone non trattato; due cucchiaini di miele di acacia; 30 gr. di maizena.

PREPARAZIONE

● Lavate le fragole, eliminate il picciolo, frullatene 300 gr. e trasferite il passato in una casseruola. Lavate il

limone, grattugiate metà della scorza e trasferitela nella casseruola; dall'altra metà, ricavate con il rigalimoni tante striscioline e tenetele da parte.

● Aggiungete il miele di acacia alle fragole e portate a ebollizione a fuoco medio, mescolando. Sciogliete la maizena in due cucchiaini di acqua fredda e unitela al composto di fragole

in cottura: mescolate finché il tutto non si sarà addensato.

● Dividete il composto ancora caldo in quattro stampini da crème caramel e lasciate rassodare in frigo per almeno quattro ore. Quindi sfornate in piattini singoli, decorate con le fragole rimaste e con le striscioline di limone tenute da parte. Servite.

SCELTI PER VOI



- 1 Olio extra vergine d'oliva fruttato leggero. Alce Nero (250 ml; 4,85 euro).
- 2 Mozzarella light Brimi (125gr.; 1,45 euro).
- 3 Pan di Stelle gelato biscotto: gelato al cioccolato e alla nocciola con una stella di fiordilatte, tra due biscotti Pan di Stelle (quattro snack da 70 gr; 6,48 euro).
- 4 Crema ai formaggi con gorgonzola DOP. La selezione Fini Modena (100 gr.; 1,89 euro). Tutti i prezzi indicati sono consigliati.



DA SEGNARE IN AGENDA

“SOCIAL EATING”: PRENOTO E MANGIO A CASA TUA

Tornano i Digital Food Days, con 30 eventi in programma in tutta Italia. Quest'anno, l'iniziativa è dedicata al *social eating*, le cene tra sconosciuti organizzate da privati: dal 31 maggio all'8 giugno ci saranno 30 tavole apparecchiate nelle case di 15 città. Quasi 300 sedie che possono essere prenotate a un prezzo modico, per gustare i piatti dei padroni di casa, incontrare gente e parlare di turismo, media 2.0 e moda. Il calendario è su // gnammo.com/brands/digital-food-days

LA RASSEGNA DEL CIBO E DEL VINO D'ALTA QUALITÀ

Una vetrina delle eccellenze enogastronomiche italiane: è Alta Qualità, la rassegna più attesa da buongustai, operatori ed esperti del settore. Dal 30 maggio al 2 giugno, a villa Castelbarco di Vaprio d'Adda, sono previsti seminari, *show cooking*, *workshop*, degustazioni, laboratori per bambini. Un mix gustoso fatto di culture radicate sul territorio e sapori genuini per raccontare la storia di piccoli produttori e coltivatori. Info: www.alta-qualita.it

LA FIERA DEL CAFFÈ CON FUORISALONE A RIMINI

In occasione del World of Coffee 2014, la kermesse dei grandi maestri del caffè, in programma a Rimini Fiera dal 10 al 12 giugno 2014, un ricco Fuorisalone animerà il centro storico. Protagonisti dell'evento, le miscele più originali e ricercate, quelle più classiche e quelle più insolite, il caffè in tazza e quello in vetro, e soluzioni inedite di cibi, con ricerche speciali del gusto, bio e della tradizione. In programma, degustazioni, spettacoli legati al tema caffè, musica (attesi gli Spandau Ballet) e mostre. **E. B.**