



1/4 persone

78

IL RICETTARIO / DOLCI

INGREDIENTI

	1 PAX	4 PAX
PER LA PASTA FROLLA		
Farina di riso	g 12	g 48
Farina di mais	g 12	g 48
Zucchero di canna	g 12	g 48
Olio Evo	g 7	g 28
Acqua	g 6	g 24
Lievito chimico	g 0,5	g 2
PER LA CREMA PASTICCERA		
Bevanda vegetale alle mandorle	g12	g 48
Tuorli BIO	g3	g 12
Zucchero di canna	g 4,2	g 16,8
Fruttosio	g 1	g 4
Amido di mais	g 1	g 4
Mandarino tardivo di Ciaculli (petalo vivo)	n 1	n 4



Crostata con farina di mais e riso all'olio d'oliva senza latticini

Alice, Davide (Ecfo - Monza)

**PROCEDIMENTO**

PER LA PASTA FROLLA: frullare l'olio con lo zucchero di canna e l'acqua, aggiungere le farine ed il lievito chimico setacciati. Appena si sarà formato un impasto liscio ed omogeneo, l'impasto è pronto (la pasta non deve prendere corpo né sbriciolarsi). Non lavorare troppo l'impasto altrimenti diventa elastico, lasciare riposare 15 minuti coperto in frigo. Foderare degli stampini a piacere e infornare le tartellette. Cuocere a 175°C per 15 minuti circa.

CREMA PASTICCERA: per la realizzazione preparare in una ciotola i tuorli e lo zucchero di canna e mischiare. Aggiungere poi l'amido. Preparare la bevanda vegetale alle mandorle in una bastardella a fondo tondo e portare ad ebollizione.

A bollitura, versare il latte nei tuorli, zucchero di canna e amido, sciogliere bene il tutto e riportare a bollitura fino a quando la crema non sia ben soda. Far raffreddare. Una volta raffreddata, versare la crema pasticcera sulla base di frolla raffreddata e adagiarci a raggera i mandarini. È possibile anche realizzare delle tartellette mono dose con appositi stampi.

MODALITÀ DI COTTURA

Cuocere a 175°C per 15 minuti.

ALLERGENI

Cereali contenenti glutine, uova, frutta secca (mandorle).

FATTORI NUTRITIVI

Il mandarino Tardivo di Ciaculli è ricco delle vitamine B1 e B2.

VALORE ENERGETICO

226,44 kcal/PORZIONE

INFORMAZIONI SPECIFICHE A SOSTEGNO DELLA PREVENZIONE DI PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

MANDARINO TARDIVO DI CIACULLI: è un frutto ricco di acqua, sali minerali, fibra e vitamina C.

OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA: che contiene l'acido oleico, un grasso monoinsaturo che ha effetti protettivi sulle malattie cardiovascolari.

COSTI

1 PAX = 0,24 EURO 4 PAX = 0,96 EURO

TERRITORIO DI PROVENIENZA

Il territorio che definisce il Mandarino Tardivo di Ciaculli si estende nelle vallate delle campagne di Ciaculli e Croceverde Giardina, nel Palermitano. In tutto circa mille ettari di colture che si sviluppano dalla pianura a circa 300 metri di altitudine, sulla parte orientale del monte Grifone.

STAGIONALITÀ

La maturazione dei frutti è da Novembre a Marzo.