



1/4 persone

INGREDIENTI

Pere mature Williams
Acqua
Zucchero semolato
Albume
a temperatura ambiente
Cannella

4 PAX
g 280
ml 180
g 70
n 1
q.b.



Sorbetto di pere Williams con cannella

Najoua, Giulia, Martina, Sofia (Afol Pertini- Seregno)



86

IL RICETTARIO / DOLCI

PROCEDIMENTO

Si frullano le pere dopo averle pelate, detorzolate e tagliate a fettine. Si scalda l'acqua in un pentolino, unendo lo zucchero.

Si mescola dolcemente per qualche minuto con una spatola, fino a quando lo zucchero non sarà completamente sciolto, per ottenere uno sciroppo liscio. Si fa raffreddare a fiamma completamente spenta. Si uniscono lo sciroppo alle pere e si amalgama.

Si monta l'albume a neve ben fermo e si unisce ai liquidi con movimenti dal basso verso l'alto fino a che il composto sarà omogeneo.

Si trasferisce in una vaschetta e poi in freezer e si fa rassodare per circa 4 ore mantecando ogni mezz'ora.

In alternativa si può mantecare il sorbetto dopo la prima mezz'ora di riposo, lasciarlo in freezer per il tempo rimanente e poi frullarlo con un frullatore a immersione al momento di servire.

Si aggiunge una spolverata di cannella.

ALLERGENI

Uova.

VALORE ENERGETICO

156 kcal/PORZIONE

FATTORI NUTRITIVI

Acqua g 64,90
Carboidrati non complessi g 34,20
Zuccheri solubili g 43,20
Proteine g 0,90

INFORMAZIONI SPECIFICHE A SOSTEGNO DELLA PREVENZIONE DI PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

Uso di frutta fresca di stagione.

COSTI

1 PAX = 1 EURO 4 PAX = 4 EURO

TERRITORIO DI PROVENIENZA

Pere Williams (la varietà è indicativa, si possono usare le pere della stagione in cui ci si trova).

STAGIONALITÀ

Per la varietà di Pera indicata ottobre-dicembre (da preferire quelle raccolte nella prima settimana di dicembre).