

Pane di semola a lunga lievitazione

Ingredienti :

- 500 g semola rimacinata
- 400 ml acqua
- 2 g lievito di birra fresco
- 1 pizzico di sale

Procedimento

Fai sciogliere il lievito in un po' d'acqua, prelevandola dal totale, e lascia riposare il lievitino per 10 minuti.

In una planetaria, inserisci la farina e il lievitino.

Falla andare e infine aggiungi un pizzico di sale.

Lascia impastare fino a quando l'impasto sarà ben incordato. Metti in frigorifero a riposare per 13 ore.

Trascorso questo tempo, tiralo fuori dal frigorifero e lascia che continui a lievitare a temperatura ambiente per circa 6 ore.

A questo punto, mettilo sulla teglia del forno, decoralo con un po' di semini, e cuocilo a 220°C per 50/60 minuti: il pane è pronto quando battendo il pugno sul fondo si sente un rumore sordo.

Piadina di lenticchie con verdure di stagione

Ingredienti :

- 80g lenticchie rosse cotte
- q.b. acqua
- 1 zucchina
- 1 melanzana
- 1 peperone giallo
- 1 peperone rosso
- 1 tomino

Procedimento

Frulla le lenticchie rosse decorticate già cotte con l'acqua.

Versa il composto in una padella oliata e cuoci 5 min per lato.

Si formerà una piadina davvero interessante.

Intanto taglia le verdure molto sottili, aiutandoti con una mandolina.

Cuocile su una griglia e mettile da parte, insaporendole con un po' di olio, sale e se ti piace un po' di aromi.

Griglia anche il tomino finché si ammorbidirà.

Procedi poi a comporre la piadina con le verdure e il tomino grigliati. Potrai piegare la piadina in 2, in 4 oppure arrotolarla come un burrito.

Sbriciolata ricotta e lamponi

Ingredienti :

Per la frolla

- 220g farina di avena
- 160g farina di mandorle
- 40g mandorle
- 80g olio di semi
- 50g miele
- 60g latte (a scelta quale tipologia)
- q.b. cannella
- q.b. sale fino
- q.b. scorza di limone

Per la farcitura

- 300g ricotta
- 1 cucchiaio di miele
- q.b. marmellata di lamponi

Procedimento

Trita le mandorle in modo grossolano.

Nel boccale versa tutti gli ingredienti e mescola 40 secondi a velocità media.

Sistema la frolla sul fondo e sui bordi della tortiera, premendo un po' per creare il bordo.

Prepara la crema di ricotta frullando la ricotta con il miele.

Versa la crema di ricotta sulla base e copri la ricotta con la marmellata di lamponi.

Sbriciola sopra la frolla rimanente e metti in forno statico a 180° per 45 minuti.