

Il biancomangiare ed il particolare contrasto della salsa ai lamponi

Dose ricetta per 10 porzioni

Biancomangiare

400 ml. Latte parzialmente scremato
150 g. Mandorle dolci, secche
100 ml. Sciroppo gusto Orzata
8 g. Colla di pesce
200 ml. Panna fresca liquida
0,5 g. Vaniglia bacelli

Salsa ai lamponi

360 g. Lamponi
80 g. Sciroppo 32° bomè
1 n. Vaniglia baccelli
1 g. Anice stellato

Sciroppo 32° bomè

250 ml acqua
357,5 gr zucchero semolato

Portare ad ebollizione il latte con le mandorle, lo sciroppo d'orzata e la stecca di vaniglia, fare intiepidire.

Passare alla stamina e aggiungere la gelatina ammorbidita avendo cura di farla sciogliere completamente. La preparazione dovrebbe raggiungere i 27//28°C prima di unire la panna non completamente montata, la temperatura corretta di quest'ultima è di 5°C.

Versare negli stampini e conservare in frigorifero.

Salsa ai lamponi

Portare ad ebollizione e far ridurre di due terzi la polpa di lamponi, la stecca di vaniglia, l'anice stellato e lo sciroppo, filtrare il tutto

Adagiare in modo decorativo il biancomangiare, decorare con i frutti di bosco e distribuire la salsa intiepidita.

Porzione da gr: 130

Energia: kcal 215

Glucidi: gr 6

Proteine: gr 5

Lipidi: gr 17

Una preparazione classica, molto delicata. Una sana alimentazione contempla anche i desserts se consumati con parsimonia e confezionati limitando l'utilizzo di materie prime ricche di grassi saturi e zuccheri. Questo dessert diviene uno "strappo alla regola" se consumato al termine di un abbondante pasto, ma, regolando la dieta, dove possibile, nessun Nutrizionista lo proibirà. Un "tocco antiossidante" lo forniscono i lamponi.