

Pasta frolla

Ingredienti

Farina di farro 300 grammi, farina 00 200 grammi, zucchero di canna 250 grammi, acqua 130 grammi, olio di semi 70 grammi, olio extravergine di oliva (gusto delicato) 70 grammi, lievito 12 grammi, un limone.

Tempi

1 ora circa + una notte di riposo + cottura

Procedimento

In una planetaria sciogliere lo zucchero con l'acqua.
Aggiungere a filo gli oli e creare un'emulsione omogenea.
Unire la farina e il lievito setacciati poco alla volta.
Alla fine unire la scorza di limone grattugiata.
Verrà un composto molto molle, raccoglierlo con una spatola e avvolgerlo nella pellicola. Far riposare una notte in frigorifero.
Al mattino lavorare e stendere su una placca rettangolare.
Cuocere a 180° per 20 minuti circa.

Avvertenze

Essendo una pasta frolla senza uova ha meno collante.
Risulta, pertanto, estremamente delicata e fragile.
I miei consigli sono di lavorarla con le mani e il piano molto infarinati, di tirarla non troppo sottile, e di farla freddare benissimo prima di spostarla una volta estratta dal forno.
Ci ho messo un po' per ottenere il risultato voluto, ma il sapore è eccellente.

• Composta ai frutti di bosco •

Ingredienti

Frutti di bosco 300 grammi, miele 1 cucchiaio, zucchero di canna 1 cucchiaio, amido di mais 80 grammi, acqua mezzo litro.

Tempi

1 ora circa

Procedimento

In un pentolino mettere l'acqua, i frutti di bosco (tenerne da parte qualcuno per la decorazione), il miele e lo zucchero e portare a bollore.

Trasferire in un recipiente alto e frullare.

Rimettere sul fuoco e unire l'amido di mais sciolto in poca acqua.

Far bollire e addensare mescolando continuamente e trasferire in un recipiente freddo.

Composizione

In bicchierini monoporzione mettere qualche cucchiaio di composta e far freddare in frigorifero per circa 30 minuti. Poi sbriciolare la pasta frolla e ricoprire con altra composta.

Lasciar freddare in frigorifero e togliere almeno 30 minuti prima del consumo.

All'ultimo decorare con la frutta di bosco tenuta da parte e servire.