

# Ricette per celiaci

A cura della Farmacia Pasti – [www.farmaciapasti.it](http://www.farmaciapasti.it) – [info@farmaciapasti.it](mailto:info@farmaciapasti.it)

## ANTIPASTO

### CESTINI AL PARMIGIANO

Per il cestino:

- 3 cucchiaini di parmigiano stagionato, per ogni cestino

Per farcire:

- 100 g di prosciutto cotto
- 100 g di robiola
- 1 cucchiaino di marsala

Prendete un piccolo padellino antiaderente e mettetelo sul fuoco più piccolo del fornello. Quando incomincia a scaldarsi, mettete 3 cucchiaini di parmigiano grattugiato spargendolo in modo che formi un tondo di 10-12 cm di diametro nel padellino. Il calore scioglierà il parmigiano e si formerà una specie di crepe sottile.

Intanto procuratevi un bicchiere e rovesciatelo su un piattino.

Quando la crepe di parmigiano sarà formata, ma ancora morbida, rovesciatela sul fondo del bicchiere e stendetela rapidamente con la punta delle dita.

Intanto che preparate la crepe successiva, togliete quella già fatta dal fondo del bicchiere rovesciato e posatela sul piatto di portata.

Prendete pari quantità di prosciutto cotto e robiola, frullateli insieme, aggiungendo un cucchiaino di marsala se gradito. Riempire i cestini di parmigiano usando una siringa per pasticciari, e porre un capperone in cima.

## PRIMO

### LASAGNE AL PESTO

Per la pasta:

- 150 g di amido di mais
- 100 g di fecola di patate



- 260 g di farina di riso
- 4 uova
- 4 tuorli
- sale q.b.

Impastare il tutto e fare riposare per 15 minuti. Tirare la pasta, tagliarla in rettangoli e lessarli in acqua salata.



Per il condimento:

- 1,5 lt di besciamella (da preparare con farina senza glutine)
- 500 g di pesto

Mescolare metà della besciamella con il pesto; in una teglia da forno mettere un po' di besciamella, e cominciare a sistemare il primo strato di pasta. Coprire con la besciamella al pesto e poi fare il secondo strato che coprirete con quella bianca. Proseguire per 4-5 strati in modo da terminare con la besciamella "verde".

Cuocere in forno caldo per 20-30 minuti, coprendo la teglia con la stagnola per la prima parte della cottura.

## SECONDO

### SUFFLE' DI FORMAGGIO

- 50 gr di formaggio fresco di capra o di robiola
- 45 gr di Maizena
- 30 gr di burro
- 2 uova
- un cucchiaino di erba cipollina tritata



Sbattere un uovo intero e un tuorlo con il burro fuso non caldo. Aggiungere la maizena e mescolare per ottenere un impasto omogeneo. Salare e pepare.

# Ricette per celiaci

A cura della Farmacia Pasti – [www.farmaciapasti.it](http://www.farmaciapasti.it) – [info@farmaciapasti.it](mailto:info@farmaciapasti.it)

Aggiungere all'impasto, mescolando, il formaggio e un cucchiaino di erba cipollina.

A parte montare a neve non troppo soda, il bianco d'uovo avanzato, con un pizzico di sale e incorporarlo delicatamente all'impasto.

Versare l'impasto in stampini da sufflè leggermente imburrati e metterli a bagnomaria in forno per 20-25 minuti. questa base si possono aggiungere verdure cotte e frullate (es. asparagi, carote) e/o altri tipi di formaggi più saporiti come parmigiano o pecorino.

## CAVOLFIORI PASTELLATI

- 10 g lievito di birra
- 300 ml di acqua
- 200 g farina di riso
- 1 tuorlo
- ½ cucchiaino di sale
- 1 cavolfiore

Dividere il cavolfiore in cimette e lessarle in acqua bollente salata. Preparare la pastella e lasciarla riposare coperta per un'ora e più, fino a quando sarà leggermente lievitata.

Prima di immergere le cimette di cavolfiore nella pastella è opportuno infarinarle (usare sempre farina di riso). Friggere poche cimette per volta in abbondante olio di semi. Mettere a scolare su carta da cucina e salare.

## DOLCE

### TRONCHETTO DI NATALE

Per la pasta:

- 3 uova
- 80 g zucchero
- 80 g fecola di patate
- 10 g di maizena
- 1 bustina di vanillina

- 1/2 cucchiaino di lievito in polvere per dolci

Per il ripieno:

- 1 uovo
- 1 cucchiaio di cacao amaro
- 2 cucchiaini di zucchero
- 2 cucchiaini di cognac
- 400 gr. di crema di marroni

Per la copertura:

- 200 gr. di cioccolato fondente
- 70 gr. di burro



Montare a spuma 3 uova intere con 80 gr. di zucchero. Lavorare a lungo fino ad ottenere un composto chiaro e gonfio. Unire la vanillina e, poco alla volta, fecola di patate e maizena sempre mescolando con le fruste elettriche, ma a bassa velocità. Per ultimo aggiungere il lievito. Versare in una teglia bassa e rettangolare coperta con carta forno. Cuocere a 150/160° per circa 15 minuti. Una volta cotta rovesciare la pasta biscotto su un altro foglio di carta forno. Staccare la carta servita per la cottura. Preparare la crema montando a spuma l'uovo con due cucchiaini di zucchero, aggiungere cognac, cacao in polvere e crema di marroni. Spalmare la crema sulla pasta biscotto e arrotolare tutto strettamente per il lato lungo. Mettere a raffreddare completamente in frigorifero per qualche ora. Eliminare una fettina di dolce dai due lati del rotolo, in modo da lasciare gli estremi puliti e netti.

Tagliare in diagonale altre due fettine, una per lato e posizzarle con la base sul dolce, una sopra e una lateralmente. L'insieme deve dare l'impressione di un ceppo con due pezzi (le due fettine in diagonale) tagliati.

Far fondere a bagnomaria il cioccolato rotto in pezzi e una volta sciolto completamente unire il burro. Far raffreddare ma non completamente. Con questo composto coprire il "ceppo" lasciando a vista le parti di rotolo con ripieno.

## Ricette per celiaci

A cura della Farmacia Pasti – [www.farmaciapasti.it](http://www.farmaciapasti.it) – [info@farmaciapasti.it](mailto:info@farmaciapasti.it)

Quando la copertura comincia a solidificare usare i rebbi di una forchetta per formare dei disegni su tutta la superficie imitando il tronco e facendo in modo che i due pezzi aggiunti formino un tutt'uno col resto.

Prima che il cioccolato indurisca completamente spolverizzare con poco zucchero a velo e lasciar solidificare in frigorifero.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.  
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.  
This page will not be added after purchasing Win2PDF.