



Frutta e Bacche
PASSIONE PER LA FRUTTA SECCA

CREME DI FRUTTA SECCA 100%

IL NOSTRO RICETTARIO



SOLO 1 INGREDIENTE

La semplicità è ciò che ci ha guidato in questo percorso. Un solo ingrediente. Nient'altro. Un solo ingrediente, per riscoprire l'intenso profumo della frutta secca e il suo autentico sapore, capace di soddisfare ogni palato. Abbiamo scelto di non aggiungere addensanti, conservanti, zucchero o sale a ciò che è già naturalmente perfetto.



NOTA DI QUALITÀ

La separazione di fase tra la parte oleosa e la parte secca del prodotto, che solitamente avviene dopo qualche settimana dal confezionamento, è un comportamento perfettamente naturale. È la prova che non sono stati utilizzati emulsionanti. Sarà sufficiente mescolare per qualche secondo il prodotto, per ottenere nuovamente una crema morbida e setosa.



LE NOSTRE CREME 100%



Pasta di NOCCIOLA Piemonte IGP tostata 100%



Le nocciole vengono coltivate in Piemonte in zone specifiche normate dal disciplinare IGP. Una volta raccolte vengono pelate e successivamente tostate ottenendo una pasta di Nocciola Piemonte IGP dalla consistenza liquida e dal sapore sensazionale.



Crema di NOCCIOLE crude Bio Italiane 100%



Le nocciole, coltivate in Italia, una volta raccolte vengono macinate senza essere tostate. Immagina di gustare una nocciola appena raccolta dall'albero, il suo sapore fresco ed intenso è inconfondibile. Questo è ciò che proverai assaporando la nostra crema 100% nocciole crude biologiche italiane.



Crema di NOCCIOLE tostate Bio italiane 100%



Le nocciole, coltivate in Italia, vengono raccolte, tostate e finemente macinate per ottenerne la consistenza cremosa. Restano intatti il profumo e il sapore persistente delle nocciole tostate, in una crema dal sapore intenso e irresistibile.



Crema di MANDORLE pelate Bio italiane 100%



Le mandorle, provenienti dai mandorleti italiani, vengono raccolte e macinate fino ad ottenere un composto cremoso. Sensazioni erbacee vengono accompagnate dalle caratteristiche note amarognole della mandorla, per una crema dall'aroma delicato, inconfondibile profumo e dal sapore delicato.



Crema di MANDORLE gusciate tostate Bio 100%



Ottenuta dalla macinazione di mandorle tostate alle quali viene lasciata la cuticola per garantire un gradevole sapore leggermente amarognolo alla crema. Una consistenza perfetta per essere spalmata su pane, pancake, fette biscottate o come ingrediente perfetto per esaltare al massimo le ricette.



Crema di ARACHIDI tostate Bio 100%



La tostatura e la fine macinatura delle arachidi permettono agli oli naturalmente presenti nella materia prima di miscelarsi perfettamente con la parte secca. Il risultato è una crema dalla morbida consistenza e dal sapore corposo e avvolgente.



Crema di ARACHIDI tostate italiane 100%



Grazie alla loro dimensione, le arachidi italiane che abbiamo selezionato, si prestano particolarmente ad una maggiore tostatura rispetto alle arachidi "tradizionali".



Crema di ARACHIDI CRUNCHY tostate italiane (varietà tripolina) 100%



Per esaltare la loro natura autentica, abbiamo scelto una tostatura più delicata e una macinatura meno spinta: così nasce una crema d'arachidi dalla consistenza crunchy. Si tratta della varietà tripolina, conosciuta come bagigi nei dialetti veneto ed emiliano-romagnolo, un'antica eccellenza contadina del ferrarese, riscoperta e valorizzata in questa crema 100% italiana.



Crema di NOCI PECAN tostate Bio 100%



La crema di noci pecan, grazie alla presenza di un solo ingrediente, è caratterizzata dal classico profumo intenso della noce pecan, accompagnato da una consistenza particolarmente vellutata e da alcune note aromatiche e speziate.



Crema di ANACARDI tostati Bio 100%



Gli anacardi dopo essere stati raccolti e lavorati vengono tostati e macinati attentamente. In questo modo la consistenza della crema risulta perfettamente liquida e uniforme. All'interno si ritrova il profumo e l'elegante sapore degli anacardi, messi in risalto da una sapiente tostatura.



Crema di PINOLI italiani 100%



I pinoli italiani, provenienti da una piccola azienda agricola italiana nella provincia di Napoli, vengono raccolti e macinati fino ad ottenere una crema unica nel suo genere. Il profumo ed il sapore caratteristico del pinolo italiano, ti conquisteranno dal primo assaggio.



Crema di PISTACCHI Bio 100%



Una crema dal sapore intenso ed inconfondibile del pistacchio. Una volta raccolti vengono sgusciati e gli viene rimossa la cuticola esterna, successivamente vengono macinati al naturale, senza ricevere tostatura, fino ad ottenere una crema 100% pistacchi biologici crudi.



Crema di MACADAMIA tostata Bio 100%



Una gemma dolce e delicata che dopo la raccolta e la sgusciatura viene ridotta in crema. A seguito del processo di tostatura e macinatura, la macadamia si trasforma in una crema morbida e setosa, dal sapore delicato e caratteristico.



Crema di NOCI CHANDLER Bio italiane 100%



Le noci Chandler, provenienti da noceti italiani, vengono raccolte e macinate fino ad ottenere un composto cremoso. Abbiamo scelto di non tostarle per esaltare il caratteristico sapore della noce Chandler, ottenendo così una crema unica e setosa.



Crema di NOCCIOLE tostate Italiane e DATTERI Bio 100%



Selezioniamo le migliori nocciole italiane Bio tostate e i buonissimi datteri Bio; li misceliamo per ottenere una crema nocciole e datteri bio 100% golosissima e dal sapore inconfondibile. Abbiamo esaltato il gusto della nocciola italiane tostata bio unendolo alla dolcezza del dattero bio. Ti conquisterà al primo assaggio.



Crema di PISTACCHI E MANDORLE Bio 100%



Dalla perfetta combinazione di pistacchi pelati bio e mandorle pelate bio, nasce questa fantastica crema. Il sapore del pistacchio e della mandorla crudi, sono il perfetto mix per generare una crema irresistibile.



Crema di ANACARDI E COCCO tostati Bio 100%



Il nuovo mix di creme 100% frutta secca e frutta disidratata nato dalla selezione dei migliori anacardi bio e le più buone scaglie di cocco. Li abbiamo tostati e finemente macinati senza aggiungere nient'altro. L'incontro tra la dolcezza del cocco e la delicatezza degli anacardi dà vita ad un sapore sorprendente.



Crema di TAHIN cruda Bio Italiana 100%



Solo semi di sesamo Bio italiani integrali (non decorticati) che vengono macinati senza essere tostati e senza aggiunta di nessun altro ingrediente: 100% semi di sesamo bio italiani che conferiscono a questa crema un sapore intenso, dal gusto tipico amaro dei semi di sesamo crudi.



Crema di TAHIN tostata Bio 100%



Solo semi di sesamo integrali (non decorticati) biologici che vengono poi tostati e macinati, donando a questa crema una consistenza straordinaria ed un sapore inconfondibile tipico dei semi di sesamo.



Crema Mix di FRUTTA SECCA Bio 100%



Dopo un'attenta selezione, abbiamo creato una crema Misto Nuts Bio davvero unica. L'equilibrio nasce dall'incontro di mandorle pelate, nocciole tostate e arachidi tostate, tutte biologiche. Il giusto grado di tostatura e macinazione è stato scelto con cura per esaltare al massimo il gusto di ogni frutto, che ritroverai in ogni cucchiaino.



Crema MANDORLE, COCCO, FRAGOLE 100%



Da esperti di creme 100%, abbiamo creato un mix sorprendente. In questa crema 100% sentirai subito il gusto avvolgente della mandorla pelata, seguito dalla nota decisa e tostata del cocco, per poi lasciar spazio al finale dolce e fruttato delle fragole. Solo tre ingredienti: mandorle, cocco e fragole.

LE NOSTRE RICETTE





Per
4
persone

Difficoltà



40 minuti

Lasagnetta alle verdure con besciamella alla crema 100% nocciole

Ingredienti besciamella

1 l di latte di riso
50 g di olio e.v.o.
50 g di farina di riso
60 g di crema di nocciole italiane bio 100%
Sale e pepe q.b.

Ingredienti lasagnetta

800 g di sfoglia per lasagne all'uovo
2 zucchine
1 melanzana
3 carciofi freschi
1 carota
Olio e.v.o. q.b.
Sale, pepe e origano q.b.



Preparazione verdure e sfoglia:

Taglia tutte le verdure a dadini uguali, tranne i carciofi che devono essere tagliati a julienne. Salta tutte le verdure separatamente in padella con un filo di olio e.v.o. Successivamente uniscile in un contenitore unico ed insaporisci con sale, pepe e origano. Attendi che le verdure si raffreddino e nel frattempo cucina la sfoglia per lasagne in abbondante acqua salata e asciuga accuratamente.

Preparazione della besciamella:

Porta ad ebollizione il latte. Nel frattempo, in una padella, scalda leggermente l'olio e.v.o. e aggiungi tutta la farina di riso. Mescola il tutto, fino ad ottenere una pastella uniforme. Quando il latte arriva ad ebollizione, versa il composto di olio e farina mescolando energicamente con fuoco al minimo, affinché si addensi e diventi besciamella. A fuoco spento, aggiungi sale e pepe ed infine la crema di nocciole.

Composizione del piatto:

Componi i vari strati in una teglia da forno unta con un filo di olio e.v.o., partendo dalla sfoglia, per poi aggiungere verdure e besciamella. Si otterranno 4 strati. Infornare per 20 minuti a 175°. Lascia raffreddare prima di procedere con il taglio, in questo modo il piatto rimarrà più compatto.



Per
2
persone

Difficoltà



10 minuti

Insalata di carciofi, fiori di zucca e crema 100% nocciole

Ingredienti

- 4 carciofi freschi
- 4 fiori di zucca freschi
- 50 g di crema di nocciole italiane bio 100%
- Pepe nero
- Succo di limone
- Crema di nocciole q.b.



Preparazione

- Ripulisci e lava i carciofi. Tagliali a julienne, immergendoli subito dopo in acqua e limone per non farli annerire.
- Pulisci i fiori di zucca e copriili con carta bagnata per non farli annerire.
- Componi l'insalata nel piatto alternando i carciofi ai fiori di zucca, una grattata di pepe nero e condisci con la crema di nocciole.



Per
4
persone

Difficoltà



25 minuti

Crema di azuki con crema 100% noci pecan, finocchietto e timo

Ingredienti

- 200 g di fagioli azuki
- 500 ml di brodo vegetale
- 1/2 cipolla dorata
- 60 g di crema di noci pecan bio 100%
- Finocchietto selvatico q.b.
- Timo q.b.
- Olio e.v.o. q.b.
- Crema di noci pecan q.b.



Preparazione

- Metti in ammollo in acqua i fagioli per una notte intera.
- Trita e soffriggi in una casseruola la cipolla dorata, aggiungi gli azuki e fai rosolare. Una volta rosolati, copri con il brodo vegetale e cuoci per 20/30 minuti fino a completo assorbimento, quando i fagioli raggiungono una morbida consistenza.
- Frulla il tutto e manteca con la crema di noci pecan.
- Servi in un piatto fondo con qualche goccia di crema di nocciole, il finocchietto e il timo.



Per
4
persone

Difficoltà



5 minuti

Insalata ai funghi chiodini freschi e frutti di bosco con dressing alla crema 100% mandorle

Ingredienti

400 g di insalata misticanza
a piacere
200 g di funghi chiodini
freschi
100 g di frutti di bosco
misti

Per il dressing:

50 g di crema di mandorle
pelate italiane bio 100%



Preparazione

Unisci tutti gli ingredienti in un'insalatiera, utilizzando la crema di mandorle come dressing.



Per
2
persone

Difficoltà



30 minuti

Risotto alle fave e crema 100% anacardi

Ingredienti

- 200 g di riso carnaroli
- 250 g di fave bollite
- 30 g di olio e.v.o.
- 1/2 scalogno
- 1 lt di brodo vegetale
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 50 g di crema di anacardi bio 100%



Preparazione

Affetta finemente lo scalogno e fallo rosolare nell'olio all'interno di una casseruola. Lascia imbiondire, quindi unisci il riso e mescola energicamente. Tosta per un paio di minuti e sfuma con vino bianco. Dopo averlo lasciato evaporare per qualche minuto (continuando a mescolare), continua a incorporare il brodo vegetale fino a ricoprire il riso. Mescola spesso il riso, con movimenti decisi, per facilitare il rilascio degli amidi che conferiscono al risotto una piacevole cremosità. Prosegui in questo modo per 10 minuti, continuando ad incorporare con il brodo non appena il riso appare troppo asciutto. Nel frattempo sbuccia le fave e uniscile al risotto continuando a mescolare. Poco prima che il tempo di cottura sia scaduto, assaggia e aggiusta di sale. Una volta cotto, a fuoco spento, lascia riposare a coperchio chiuso per qualche minuto aggiungendo 50 g di crema di anacardi per la mantecatura.



Per
4
persone

Difficoltà



20 minuti

Toast con uovo all'occhio di bue e crema 100% arachidi

Ingredienti

4 fette di pane in cassetta

4 uova

Olio e.v.o. q.b.

Sale q.b.

60 g di crema di arachidi bio 100%

Semi di papavero q.b.

2/3 foglie di Valeriana



Preparazione

Tosta il pane in padella da entrambi i lati.

Per cuocere l'uovo, ungi la padella con un filo di olio e.v.o., appoggia il coppapasta nella padella e versa l'uovo all'interno in modo da creare una forma circolare. Dopo 2 minuti, a fuoco medio, copri con un coperchio così da formare una cappa di calore per permettere la cottura anche della superficie.

Componi il piatto con il pane alla base, la crema di arachidi e l'uovo sopra.

Decorare con qualche seme di papavero e foglia di valeriana.



Per
2
persone

Difficoltà



10 minuti

Yogurt greco alla frutta fresca e crema 100% noci di macadamia

Ingredienti

300 g di fragole

4 banane

30 g di sciroppo d'agave

30 g di crema di macadamia bio 100%

200 g di yogurt greco

Frutta fresca per decorazione



Preparazione

Frulla tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto denso.
Servi in un bicchiere e decora a piacimento con frutta fresca.



Difficoltà



5 minuti

Gelato con crema 100% mandorle

Ingredienti

5 palline di gelato

Crema di mandorle pelate italiane bio 100%.



Preparazione

Disponi le palline di gelato all'interno di una coppetta e ricopri con crema di mandorle a piacere.



Per
2
persone

Difficoltà



15 minuti

Pancake alla crema di arachidi Italiane

Ingredienti pastella

- 200 g di farina
- 250 g di latte di riso
- 2 uova
- 30 g di zucchero di canna
- 30 g di olio di semi
- 30 g di crema di arachidi italiane 100%
- 10 g di lievito per dolci + 1/2 cucchiaino di bicarbonato
- 1 pizzico di sale

Ingredienti composizione

- 50 g di arachidi italiane 100%
- Frutta fresca e frutta secca



Preparazione:

Crea la pastella con tutti gli ingredienti e fai riposare in frigorifero per 30 minuti.

Successivamente scalda una padella e ungi con un filo di olio di semi.

Versa un mescolino di pastella fino a formare un cerchio non troppo grande.

Cuoci a fuoco medio. Ruota il pancake quando compariranno le bollicine in superficie e continua a cuocere per 1 minuto. Per comporre il piatto, alterna i pancake alla crema di arachidi. Abbellisci il piatto con un topping di frutta fresca e frutta secca a piacimento.



Per
2
persone

Difficoltà



15 minuti

Friselle con zucchine e crema di pinoli

Ingredienti

- 3 friselle
- 1 zuccina chiara
- 3/4 pomodorini
- Qualche fettina di cipolla rossa
- 6 cucchiaini di formaggio spalmabili
- 2 cucchiaini di crema di pinoli italiani 100%
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Prezzemolo e finocchietto selvatico
- Sale
- Pepe

Preparazione

Bagna con un po' di acqua le friselle in modo che si ammorbidiscano. Lava la zuccina ed elimina le estremità. Con l'apposito strumento forma gli spaghetti di zucchine. Condisci con olio sale e pepe. Mescola il formaggio spalmabile con un cucchiaino di crema di pinoli.

Disponi due cucchiaini di formaggio spalmabile sulle friselle, aggiungi un po' di spaghetti di zucchine, le fettine di cipolla e i pomodorini. Condisci con l'altro cucchiaino di crema di pinoli e le erbe aromatiche fresche.





Difficoltà



25 minuti

Granola alla crema 100% pistacchi

Ingredienti

- 150 g di fiocchi di avena
- 50 g di riso soffiato (oppure 200 g di soli fiocchi di avena)
- 50 g di nocciole
- 50 g di pistacchi
- 2 cucchiaini di crema di pistacchio bio 100%
- 2 cucchiaini di sciroppo d'acero oppure miele



Preparazione

Miscela tutti gli ingredienti secchi insieme, sminuzza al coltello la frutta secca e un po' lasciala intera. In un pentolino sciogli a fiamma bassa il miele o lo sciroppo d'acero.

Quando sarà liquido spegni il fuoco e aggiungi la crema. Amalgama bene.

Unisci questo composto cremoso agli ingredienti secchi e mescola.

Cottura in padella: a fiamma bassa, versa la granola e cuoci 10-15 minuti rigirando di tanto in tanto. Cottura in forno: a 170°C per 15 minuti a forno statico.



Per
2
persone

Difficoltà



20 minuti

Chia Pudding ai frutti rossi e crema 100% mandorle tostate

Ingredienti per 2 bicchierini:

- 125 g di frutti rossi (more e lamponi)
- 100 g di yogurt
- 30 g di semi di chia
- 50 ml di bevanda vegetale
- 2 banane
- 2-3 cucchiaini di crema di mandorle tostate
italiane bio 100%
- Mandorle in lamelle



Preparazione

Metti i semi di chia in ammollo con la bevanda vegetale, copri con pellicola e lasciali in frigo la notte. Trascorso questo tempo prepara il frullato con le banane, 80g di frutti rossi e un po' di acqua o qualche cubetto di ghiaccio. Mescola il frullato ai semi di chia, che avranno formato un composto gelatinoso. Componi il chia pudding: versa il frullato mescolato ai semi, disponi due cucchiaini di crema di mandorle e termina con uno strato di yogurt. Decora con i frutti rossi rimasti, un po' di crema di mandorle e qualche lamella di mandorle.



Difficoltà



30 minuti

Pancake alla frutta fresca e crema 100% arachidi tostate

Ingredienti:

- 20 g farina di riso
- 20 g farina d'avena
- 10 g farina di cocco o mandorle
- 100 ml di albume bio
- 20 ml latte vegetale
- 2 cucchiaini di lievito o Idrolitina+acqua calda per far reagire
- 50 g di crema di arachidi bio 100%



Preparazione

Metti in una ciotola le farine, aggiungi l'albume e mescola bene. Aggiungi la bevanda vegetale, il lievito oppure l'idrolitina con un po' di acqua calda per farla reagire. Mescola bene. Il composto deve risultare fluido non liquido. Metti a scaldare una padella antiaderente da 18 o 20 di diametro, oleala e quando è calda aggiungi il composto, metti il coperchio e falla cucinare a fiamma alta per un minuto, poi abbassa la fiamma e fai cucinare fino quando sopra non è rappresa, poi girala. Finisci di cucinare e lascia raffreddare un po' prima di guarnirla. Aggiungi frutta a piacere e la crema di arachidi tostate. Se piace il sapore molto dolce aggiungere nell'impasto 40g di zucchero di cocco.



Plum-cake alla ricotta con crema 100% pistacchi e mandorle bio

Per
4
persone

Difficoltà



25-30 minuti

Ingredienti:

- 3 uova
- 140 g zucchero
- 100 ml olio di semi di girasole
- 1 cucchiaino scorza di limone (grattugiata)
- 180 g farina
- 60 g fecola di patate
- 1 bustina lievito in polvere per dolci
- 250 g ricotta
- 30 ml latte di soia
- 1 pizzico sale
- crema di pistacchi e mandorle bio 100%



Preparazione

Prima di preparare il plumcake metti la ricotta in una ciotola, versa il latte, mescola e tieni da parte. Monta le uova con lo zucchero fino a farle diventare chiare e spumose. Unisci l'olio poi unisci la scorza del limone grattugiato, la farina ed il lievito setacciato poco alla volta, in ultimo incorpora la ricotta in due riprese. Con l'aiuto di una spatola mescola con cura per evitare grumi. Versa il composto nello stampo da plum-cake rivestito con la carta forno e cuoci in forno già caldo a 180° per 25 - 30 minuti, controlla la cottura con lo stecchino. Quando sarà raffreddato spalmalo con la crema pistacchi e mandorle bio.



Per
12
porzioni

Difficoltà



25-30 minuti

Cookies alla nocciola con crema 100% nocciole italiane crude bio

Ingredienti:

- 150 g burro vegetale
- 50 g crema di nocciole crude bio 100%
- 70 g zucchero di cocco
- 50 g zucchero semolato
- 30 g granella di nocciole
- 220 g farina tipo 1
- 220 g farina 0
- 60 g cioccolato fondente (72%)
- 10 g lievito a base di cremor tartaro
- Pizzico di sale



Preparazione

In una ciotola unisci il burro vegetale (deve essere morbido) con lo zucchero e mescola bene con una frusta, amalgama anche la crema di nocciole crude bio 100% ottenendo un composto liscio. In seguito aggiungi gli ingredienti secchi: granella di nocciole, farina, lievito e sale. Infine taglia grossolanamente il cioccolato e inseriscili nell'impasto. Forma i cookies, puoi usare uno scoop da gelato, e inforna a 180° per 12 minuti. Fai raffreddare i cookies prima di servirli.

Cookies alla nocciola con crema di nocciole italiane crude bio ricetta di @merisunvegan



Granola cotta al forno con crema 100% Tahin italiana bio e semi di zucca



Difficoltà



35-40 minuti

Ingredienti:

- 250 g fiocchi di avena
- 50 g farina di avena
- 30 g granella di nocciole
- 80 g sciroppo di agave
- 50 g Crema di Tahin italiana bio 100%
- 2 cucchiaini di semi di zucca
- 2 cucchiaini di semi di sesamo
- Pizzico di sale



Preparazione

In una ciotola unisci i fiocchi di avena, la farina di avena, la granella di nocciole, il sale e i semi di zucca e sesamo, poi mescola e amalgama con la Crema di Tahin italiana bio 100% e lo sciroppo di agave. Stendi il composto su una teglia e inforna a 160° per 25 minuti. È importante aspettare che la granola sia completamente fredda prima di riporla in un contenitore ermetico. Perfetta da gustare nel latte o con dello yogurt vegetale sia per la colazione che per uno spuntino goloso!

Granola cotta al forno con crema di Tahin italiana bio e semi di zucca ricetta di @merisunvegan



Difficoltà



40-45 minuti

Torta morbida con ganache alle nocciole (pasta di Nocciola Piemonte IGP)

Ingredienti: (per la torta)

200 g di farina 2
140 g nocciole tostate
20 g di Pasta di Nocciola
Piemonte IGP
30 g di amido di riso
160 g di zucchero di canna
16 g lievito per dolci
90 g di olio semi di girasole
190 g di latte di nocciola
1 pizzico di vaniglia

Ingredienti: (per la ganache)

100 g di cioccolato fondente
4 cucchiaini di Pasta di
Nocciola Piemonte IGP
40 g di panna vegetale
da montare
Granella di nocciola



Preparazione

Inizia frullando le nocciole fino ad ottenere una farina, mescolala in una ciotola con la farina 2, l'amido di mais, lo zucchero di canna, la vaniglia e il lievito, quindi unisci il latte vegetale e l'olio di semi fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Versa l'impasto in una tortiera foderata di carta da forno e cuoci in forno statico a 175° per 35 minuti. Fai raffreddare la torta e nel frattempo prepara la ganache: sciogli il cioccolato a bagnomaria, incorpora la panna vegetale e unisci anche la crema di nocciola. Mescola con una frusta per ottenere una crema liscia e omogenea incorporando bene tutti gli ingredienti. Riponi la ganache in frigorifero, una volta fredda versala sulla torta distribuendola uniformemente scegliendo se spalmarla anche al centro della torta (facendo due strati). Decora con granella di Nocciola.

Torta morbida con ganache alle nocciole ricetta di @merisunvegan



Raw bars nocciola e datteri



Difficoltà



30-35 minuti

Ingredienti: (per la base)

60 g nocciole tostate
60 g mandorle tostate
120 g datteri medjoul
20 g fiocchi di avena
40 g crema di nocciole
e datteri bio 100%

Ingredienti: (per il ripieno)

50 g nocciole tostate
230 g datteri medjoul
130 g crema di nocciole
e datteri bio 100%
50 g cacao amaro



Preparazione

Inizia con il preparare la base: in un mixer unisci le nocciole, le mandorle, i fiocchi di avena, i datteri e la crema di nocciole. Versa il tutto sulla base di una pirofila rettangolare formando uno strato omogeneo. Per il secondo strato, frulla le nocciole, i datteri, il cacao amaro e la crema di nocciole e datteri bio 100%. Versa il secondo strato sulla base e riponi in frigorifero per almeno due ore. Taglia le barrette della dimensione che preferisci e gustale!



Cookies Tahin e cioccolato



Difficoltà



3 ore
e 20 minuti

Ingredienti:

- 60 g olio di cocco a temperatura ambiente
- 40 g zucchero semolato
- 30 g zucchero di canna
- 60 g crema di tahin tostata bio 100%
- 27 g latte di soia
- 85 g farina tipo 1
- 100 g cioccolato fondente
- 5 g lievito a base di cremor tartaro
- Aroma di vaniglia
- Pizzico di sale



Preparazione

In una ciotola versa l'olio di cocco, la crema di tahin tostata bio 100% e i due tipi di zuccheri, mescolando fino ad ottenere una crema liquida, aggiungi il latte, l'aroma di vaniglia e mescola ancora per amalgamare. In una ciotola setaccia la farina, il lievito e il sale; mescola e aggiungi al composto liquido preparato in precedenza. Poi incorpora a mano il cioccolato fondente precedentemente tagliato a pezzettoni. Copri l'impasto con pellicola trasparente e mettilo dentro il frigorifero per circa 3 ore. Infine crea i tuoi cookies con l'aiuto di uno scoop per gelato e infornate a 180° per 12 minuti. Fate raffreddare prima di servire.



Difficoltà



10 minuti

Open toast con Crema 100% di Arachidi Crunchy Tostate Italiane (Tripolina)

Ingredienti:

- 2 Fette di pane integrale in cassetta
- 2 cucchiaini di yogurt greco
- 1 cucchiaino di miele
- o sciroppo d'acero (facoltativo)
- 1 banana
- 2 cucchiaini di crema 100% arachidi crunchy



Preparazione

Tosta da entrambi i lati le fette di pane in padella oppure in friggitrice ad aria a 160 gradi per 4/5 minuti. Lasciale poi intiepidire e cospargile con lo yogurt greco precedentemente dolcificato a piacere tra miele e sciroppo d'acero. Taglia la banana a fette e disponila su entrambi i toast e completa con la crema 100% di Arachidi Crunchy Tostate Italiane (Tripolina).



Per
4
persone

Difficoltà



1 ora

Plumcake zucca e limone con crema 100% di anacardi e cocco tostati bio

Ingredienti:

300 g farina (170 g di tipo 2 e 130 g di tipo 00)

1 uovo

60 g di zucchero di canna

200 g di polpa di zucca mantovana

cotta a vapore (peso da cruda)

40 ml olio di semi di mais

Buccia di un limone biologico

50 ml di latte o bevanda vegetale a piacere

1 bustina di lievito istantaneo per dolci

Crema 100% di anacardi e cocco tostati bio a piacere



Preparazione

Per prima cosa imburra ed infarina uno stampo per plumcake classico.

In una ciotola sbatti l'uovo con una forchetta, aggiungi lo zucchero, l'olio a filo continuando a mescolare energicamente. Unisci poi la polpa di zucca cotta, raffreddata e scolata, amalgamandola al composto. Grattugia la buccia del limone e poi aggiungi le farine ed il lievito un sol colpo, mescolando il tutto. A questo punto aggiungi il latte poco alla volta, fino ad ammorbidire l'impasto. Versa il composto nello stampo, cospargi la superficie con la crema 100% di anacardi e cocco tostati bio e cuocilo in forno caldo (modalità statico) a 175 gradi per 35 minuti circa.

Se vuoi puoi inserire la crema 100% anche tra uno strato e l'altro del plumcake. Prima di sfornarlo fai sempre la prova con lo stuzzicadenti in più punti del dolce per capire se è cotto.

Lascialo poi intiepidire nel forno con lo sportello aperto prima di sfornarlo.



Difficoltà



25/30
minuti

Risotto cremoso zafferano e ceci con Crema 100% Mix di Frutta Secca Bio

Ingredienti:

- 180 g di riso carnaroli
- 1 bustina di zafferano
- 120 g di ceci cotti
- 1 cucchiaio di crema mix frutta secca 100%
- 1/2 cipolla bianca
- 1 cucchiaio di olio evo
- Brodo vegetale q.b.
- Sale/pepe q.b.



Preparazione

Taglia la cipolla finemente e falla dorare con l'olio evo in una padella dal fondo ampio. Ora aggiungi il riso e fallo tostare per qualche minuto. A questo punto aggiungi a poco a poco il brodo vegetale e prosegui fino a metà cottura dove andrai ad aggiungere i ceci cotti precedentemente sciacquati. Ultima la cottura e a fuoco spento manteca con la crema mix frutta secca 100%. Completa con pepe nero macinato fresco, un altro giro di crema e lo zafferano.



Difficoltà



7 minuti

Piadina di avena e fragole con creme mandorla, cocco e fragola 100%

Ingredienti

30 g Farina di avena

55/60 ml Acqua

55/60 ml Crema di mandorle, cocco e fragola 100%



Preparazione

Mescola la farina di avena con l'acqua.

Versa tutto in una padella antiaderente ben oleata e spenta.

Stendi bene l'impasto e poi accendi. La fiamma deve essere media/alta. Non togliere la piadina finché non si stacca da sola.

Ci vorrà circa 5 minuti.

Farcisci poi con la Crema di mandorle, cocco e fragola 100% e servi con le fragole.

Piadina di avena e fragole ricetta di @i_coloridellasalute



Frutta e Bacche

PASSIONE PER LA FRUTTA SECCA

*Condividi le tue ricette su
Instagram e Facebook
e taggaci!*

Seguici su



www.fruttaebacche.it