

BICCHIERI CREMA FRAGOLE E GELATINA

Crema (senza dosi perchè ho fatto a occhio)

riso semintegrale biodinamico

latte di mandorle bio non dolcificato (o altro latte vegetale)

succo d'acero bio

vaniglia in polvere bio

curcuma in polvere bio (per il colore, il sapore è impercettibile)

Ho cotto il riso come faccio sempre, lasciandogli assorbire tutta l'acqua, il giorno dopo ho aggiunto il latte di mandorle e l'ho ricotto, deve spappolarsi. Poi l'ho frullato bene ed ho aggiunto la vaniglia, un pizzico di curcuma, il succo d'acero. Assaggiate e regolate come preferite, ci sta bene anche una grattugiata di limone, che non avevo.

Fragole

Semplicemente tagliate a pezzi e lucidate con un po' di malto di grano, se sono buone ne basta pochissimo.

Gelatina

250 ml di succo di mela limpido 100% mele bio

un pizzico di sale

1 cucchiaino raso da caffè di agar agar, 1 grammo circa

Ho messo sul fuoco e dal bollore ho lasciato bollicchiare a fuoco basso per 3 minuti, ma anche 5 va bene e vi da più sicurezza, la consistenza non è molto dura e rimane trasparente.

Ho messo la crema sul fondo dei bicchieri, aggiunto le fragole e messo in frigorifero qualche ora, poi ho fatto la gelatina ed ho aspettato che si intiepidisse (ma non troppo se no si solidifica) per evitare che mi si cuocessero le fragole, l'ho versata fino all'orlo nei bicchieri e ho lasciato raffreddare, poi ho messo in frigo, la consistenza rimane invariata sia nel frigo che fuori, si conserva bene in frigorifero per un paio di giorni ed è meglio lasciarla riposare prima di mangiarla perchè i sapori si amalgamano meglio, ah le foglioline sono di timo limone, che con le fragole ci sta benissimo, anche la menta e il basilico.

