

COMPOSTA FRAGOLE RABBARBARO E ZENZERO con malto e agar agar

Sempre con malto e agar agar, come la precedente, buonissima davvero.

Quando poco tempo fa mi era arrivato il rabarbaro bio non sapevo cosa farne e l'avevo tagliato a tocchetti e messo in freezer. Lo stesso per le fragole che ne avevo comprate troppe e allora le avevo messe in freezer già tagliate e lucidate col malto, l'idea era di fare il sorbetto espresso, quello che si toglie la frutta dal freezer la si frulla e voilà. Invece ho fatto 'sta cosa.

350 gr di rabarbaro pulito e tagliato a pezzetti
350 gr di fragole pulite e tagliate a pezzetti
un pezzetto di zenzero fresco tritato grossolanamente
250 gr di malto di grano bio
i semini di 5/6 capsule di cardamomo

mezzo cucchiaino di agar agar in polvere

Ho messo tutti gli ingredienti (tranne l'agar agar) in pentola ed ho lasciato tutta notte a riposare, il giorno dopo ho cotto per mezz'oretta e ho aggiunto l'agar agar, cotto ancora per 5 minuti e messa in un vaso in frigo. Se è parecchia si possono sterilizzare i vasetti, tenendo conto che si addenserà di più. Durerà come quella "normale" senza problemi.

Ci ho fatto dei semplicissimi bicchierini che erano d'un buono!

Sotto c'era yogurt intero biodinamico, quello bello denso, solo insaporito con un po' di succo d'acero e polvere d'arancia, sopra la composta rossa. Dato che volevo mangiarli domenica ed era martedì ho messo lo yogurt nei bicchieri, li ho messi in freezer, poi dopo qualche ora ho aggiunto la composta e li ho rimessi in freezer, li ho poi tolti la sera prima per il giorno dopo e messi in frigo.

