



Mini pancakes di ceci con mousse di baccalÀ

Portata: Antipasti

Tempo di preparazione: Oltre 60 Minuti

Difficolta': Media

Ingredienti per 10 persone:

- 6 pomodori secchi sott'olio
- 300 cipolle bianche, tagliate ad anelli
- 120 farina di ceci
- 1 albume
- 200 latte
- 300 baccalà ammollato
- 130 olio di oliva fruttato leggero
- 1 timo o di erba cipollina
- sale
- pepe

Preparazione:

Fate cuocere le cipolle in una padella con 2 cucchiai di olio extravergine, un pizzico di sale e il pepe. Unite i pomodori, tritati, e lasciate cuocere per 20 minuti.

Preparate la mousse: portate a ebollizione 2 l di acqua con il latte, unite il baccalà e fate cuocere per 10 minuti dal momento di ebollizione dell'acqua. Scolate, fate raffreddare e frullate. Aggiungete 100 ml di olio a filo e mettete da parte.

Preparate i pancakes. Lavorate la farina di ceci con 230 ml di acqua, l'olio rimasto, un pizzico di sale e il pepe in una pastella liscia. Montate l'albume a neve e aggiungetelo delicatamente al composto. Ungete una padella antiaderente e versatevi 1 cucchiaio di composto. Fate cuocere i pancakes su entrambi i lati, senza farli dorare troppo.

Impiattate i pancakes disponendo su ognuno un mucchietto di pomodorini, poi aiutandovi con due cucchiaini realizzate una quenelle di mousse di baccalà e posizionala in cima. Infine, decorate con timo o erba cipollina.

Ricetta di Rossanina Del Santo

Volete provare una versione dolce dei pancakes?

***Quando trovate un asterisco accanto a uno degli ingredienti di una ricetta, dovete verificare la presenza sulla confezione della scritta senza glutine, oppure fare riferimento alla Spiga Barrata o al Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (celiachia.it) o scaricare la App AIC Mobile per Android, iPhone e Windows).**

**** Per gli ingredienti indicati con due asterischi, il suggerimento ? di scegliere i prodotti erogabili ai celiaci da parte del SSN: il riferimento ? il Registro degli Alimenti dietetici senza glutine del Ministero della Salute (salute.gov.it).**