



Gamberi piccanti su crema di fave e piselli

Portata: Piatti unici

Tempo di preparazione: Oltre 60 Minuti

Difficolta': Facile

Ingredienti per 4 persone:

- 200 piselli freschi già sgusciati
- 200 fave fresche già sgusciate
- 1 cipolla bianca di media grandezza
- 150 gamberi da pulire
- 4 olio di riso
- 1 mix di spezie piccanti
- 30 Rum scuro
- 1 aglio
- sale

Preparazione:

Preparate il fumetto: lavate e sgusciate i gamberi e privateli del budellino. Metteteli in frigo, e in una casseruola antiaderente ben calda fate saltare solo le teste e i gusci. Quando hanno assunto il caratteristico colore rosso, aggiungete 3-4 cubetti di ghiaccio e 400 ml di acqua fredda. Unite 1/2 cipolla a spicchi grossolani, e fate sobbollire per circa 30 minuti. Passate tutto al chinoise, schiacciando sia le teste sia i gusci.

Tritate finemente la cipolla restante mentre il fumetto va a cottura, quindi fatela imbiondire in una casseruola con 2 cucchiai di olio di riso. Unite i piselli, sgranati e lavati, e le fave sgranate, lavate e private della buccia. Fate saltare a fuoco alto per 5 minuti con un mestolo di fumetto. Abbassate la fiamma e aggiungete 200 ml circa di fumetto.

Fate cuocere coperto per 20 minuti, mescolando e aggiungendo all'occorrenza altro fumetto. Lasciate intiepidire, salate e riducete a una crema con il frullatore a immersione. Se fosse liquida, fatela restringere 5-10 minuti ancora.

Fate scaldare in una padella il restante olio di riso con l'aglio in camicia. Eliminate l'aglio e aggiungete i gamberi, sfumate con il Rum, salate e fate saltare per 2 minuti. Unite le spezie e saltate i gamberi per altri 2 minuti. Servite la crema tiepida con i gamberi profumati e ancora caldi adagiati sopra.

Ricetta di Fabiana Corami

***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).**