



Taralli al rosmarino

Portata: Pane

Tempo di preparazione: Oltre 60 Minuti

Difficolta': Facile

Ingredienti per 8 persone:

- 420 Mix per pane Nutrifree
- 10 Mix Guar Nutrifree
- 2 albumi di uova
- 150 acqua
- 40 vino bianco
- 3 lievito di birra fresco
- 3 rosmarino tritato
- 2 pepe nero macinato
- 80 olio extravergine di oliva
- 5 sale fino

Preparazione:

Versate in una capiente ciotola il mix per pane, il mix guar, il rosmarino, il pepe e il sale, e mescolate tutti gli ingredienti. In una ciotola a parte sciogliete il lievito nell'acqua con i rebbi di una forchetta e aggiungetelo all'impasto. Unite anche il vino bianco e continuate a impastare con il palmo della mano.

Unite gli albumi e per finire l'olio e con le mani impastate il composto. Quando gli ingredienti saranno ben amalgamati, trasferite il tutto su un piano di lavoro e impastate ancora. Trasferite l'impasto in una ciotola e copritelo con della pellicola per alimenti, quindi fatelo riposare per almeno 30 minuti in un luogo fresco e asciutto.

Dividete l'impasto in pezzetti del peso di 7-8 g l'uno e con il palmo della mano ricavate dei bastoncini del diametro di 1 cm circa e lunghi 8 cm. Unite le due estremità e formate un cerchio o una goccia.

Portate a bollore dell'acqua in una pentola e tuffatevi dentro una dozzina di taralli per volta. Quando verranno a galla, scolateli e adagiateli su un vassoio foderato con un canovaccio pulito.

Trasferite dopo 1 minuto i taralli su una teglia foderata con carta da forno e metteteli in forno già caldo a 200 °C per circa 30 minuti (o finché non saranno appena dorati). Estraiete i taralli dal forno, toglieteli dalla teglia e lasciate raffreddare completamente prima di gustarli.

***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).**