



Soufflé© freddo alle more

Portata: Dolci

Tempo di preparazione: Da 30 a 60 Minuti

Difficoltà: Facile

Ingredienti per 4 persone:

- 4 uova medie
- 270 zucchero
- 200 panna fresca
- 300 more
- more e foglioline di menta

Preparazione:

Ritagliate una striscia di carta da forno alta il doppio dell'altezza delle cocotte. Avvolgetela esternamente intorno alle cocotte e fermatela con un elastico. In una planetaria mettete gli albumi e 50 g di zucchero.

Mettete in una casseruola il restante zucchero con 60 ml di acqua e portate a ebollizione lo sciroppo a fiamma bassa. Quando lo zucchero sarà sciolto, iniziate a montare gli albumi. Appena lo sciroppo sarà a 121 °C (dopo circa 10 minuti dall'ebollizione) versatelo a filo sugli albumi montati, sempre lavorando. Continuate a montare fin quando la meringa italiana sarà a temperatura ambiente.

Frullate le more e setacciatele in modo da eliminare i semi. Montate la panna con le fruste elettriche. Unite le more alla meringa italiana, aggiungete la panna montata e mescolate, facendo attenzione a non smontare il composto del soufflé.

Distribuite il composto nelle cocotte in modo che superi di 3-4 cm il bordo, e ponete in freezer per almeno tutta la notte. Togliete dal freezer pochi minuti prima di servire. Prima di portare in tavola, eliminate la carta da forno e decorate con qualche mora fresca e qualche fogliolina di menta sulla superficie. Buon appetito!

Ricetta di Rossanina Del Santo

***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).**