



Tartellette dolci ai fichi

Portata: Dolci

Tempo di preparazione: Da 30 a 60 Minuti

Difficolta': Facile

Ingredienti per 10 persone:

- 80 farina di riso*
- 50 amido di tapioca*
- 40 amido di mais*
- 30 fecola di patate*
- 70 farina di quinoa*
- 4 xantano*
- 145 burro
- 1 uovo
- 160 zucchero semolato
- 1/2 sale
- 21 fichi
- 60 zucchero di canna
- 1 Rum
- 1 succo di limone
- 40 mandorle a lamelle

Preparazione:

Disponete la farina di riso, gli amidi, la fecola, 50 g di farina di quinoa e lo xantano a fontana su una spianatoia. Mettete al centro 125 g di burro e il sale, e lavorate con la punta delle dita. Unite l'uovo sbattuto e 100 g di zucchero semolato, e incorporateli delicatamente, sempre con la punta delle dita.

Lavorate velocemente finché l'impasto diventerà liscio e omogeneo, quindi formate una palla, avvolgetela nella pellicola per alimenti e mettetela in frigorifero fino al momento di usarla.

Sciacquate velocemente i fichi, senza sbucciarli. Tenetene 15 da parte, tagliatene a pezzi 6 e metteteli in una casseruola con lo zucchero di canna e il Rum. Fate cuocere a fuoco vivo, schiacciando i fichi con una forchetta, fino a ottenere una composta un po' grossolana (ci vorranno circa 10 minuti). Fate raffreddare.

Fate caramellare gli altri fichi. Tagliateli a metà, e poi di nuovo a metà, ma lasciando i due quarti attaccati alla base. Metteteli in una padella con lo zucchero semolato rimasto e il succo di limone. Fate cuocere a fuoco vivo, mescolando spesso per evitare che lo zucchero bruci, e girando i fichi. Spegnete il fuoco quando vedrete che

sono abbastanza caramellati, ma non troppo morbidi.

Stendete la frolla con il matterello a uno spessore di 4 mm e foderate con questa degli stampini da 6 cm di diametro, imburrati e infarinati con farina di quinoa. Distribuite sul fondo di ogni tartelletta 1 cucchiaino di composta, disponetevi sopra i fichi caramellati, in modo ordinato, e cospargete di mandorle.

Mettete gli stampini in forno già caldo (a metà altezza) a 180 °C e fate cuocere per 25 minuti. Toglieteli dal forno e fate raffreddare prima di servire.

Ricetta di Simonetta Nepi

***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).**