



Quinoa al latte vanigliato e pistacchi

Portata: Dolci

Tempo di preparazione: Da 30 a 60 Minuti

Difficoltà: Facile

Ingredienti per 6 persone:

- 150 quinoa
- 750 latte
- 250 panna fresca
- 1 vaniglia
- 50 zucchero
- 2 ribes
- 50 pistacchi non salati
- 4 miele
- sale

Preparazione:

Mettete la quinoa in un colino e sciacquatela bene. In un pentolino, mettete insieme il latte, la panna, lo zucchero, un pizzico di sale e il baccello di vaniglia, e fate bollire appena. Quindi aggiungete la quinoa e mescolate.

Abbassate il fuoco e cuocete il composto per 30 minuti, mescolando spesso: quando il latte si sarà addensato (la consistenza finale dovrà essere quella del risolatte), eliminate la vaniglia e trasferitelo in 4 verrine o bicchierini di vetro.

Lavate bene i ribes e tritate grossolanamente i pistacchi con un coltello. Quando il composto di quinoa e latte sarà tiepido, mescolate in ciascuna verrina 1 cucchiaino di miele, distribuite i ribes, cospargete con i pistacchi e servite.

© Fuoco Variabile

***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).**