

MUFFIN CIOCCOLATO PERE E ZENZERO AL FARRO INTEGRALE

Cioccolato e pere è un connubio fantastico, esistono mille versioni di torte che le contengono ma io ho deciso di fare dei muffin!! Memore della sfida dell'MTC sui muffin sono andata a rileggermi i consigli di Francesca e ho elaborato la mia ricetta. Ricordiamo che i muffin non sono i cupcake e che non basta non mettere un frosting per trasformarli in muffin, è importante che gli ingredienti solidi e quelli liquidi siano lavorati separatamente, uniti assieme e mescolati molto rapidamente, diversamente l'impasto rischia di essere duro.

Al momento di riempire i miei pirottini ovviamente di loro non c'è traccia.. eppure son sicura di averne un sacchetto intero, ma sicurissima, ho pensato "inutile cercare, li troverai domani" allora li ho creati con la carta forno e puntuale la mattina dopo mi è venuto in mente dove li avevo messi.. ditemi che succede anche a voi!!!!

Questi muffin sono sofficissimi, umidi, non molto dolci, molto golosi, senza latticini ed integrali.. non so dirvi quanto si conservino ma so che al secondo giorno.. forse.. ci arrivano ☐



**MUFFIN CIOCCOLATO PERE E ZENZERO
AL FARRO INTEGRALE
(senza latticini)
per 12 muffin**

Igredienti secchi

230 g di farina di farro integrale bio

30 g di cacao amaro
50+15g di gocce di cioccolato fondente
90 g di zucchero di canna demerrara
6 g di lievito per dolci
un pizzico di sale
1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio

Ingredienti umidi

1 uovo
200 g di latte di cocco
50 g di cioccolato fondente al 72%
70 g di olio di cereali e frutti
200 g di pere al netto
6 g di zenzero grattugiato
12 g di miele millefiori



Setacciate assieme la farina di farro, il cacao, il sale, il lievito ed il bicarbonato. Mettete tutto in una ciotola ed unite lo zucchero di canna e 50 grammi di gocce di cioccolato fondente.

In un'altra ciotola sbattete l'uovo ed unite il latte di cocco, l'olio, lo zenzero tritato ed il cioccolato fondente fatto sciogliere a bagnomaria e lasciato intiepidire.

Sbucciate le pere ed unitele al composto liquido. Unite i due impasti e mescolate con un cucchiaino quel tanto che basta per amalgamare gli ingredienti e comunque il meno possibile. Versate l'impasto nei pirottini per muffin facendo attenzione a non riempirli troppo perché non fuoriescano in cottura. Cospargete la superficie con le gocce di cioccolato rimaste ed infornate a 180°C per 20 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare su una gratella.







MUFFIN INNAMORATI CON CUORE AL LAMPONE

Leggere è senza dubbio bellissimo. Sono sempre stata una persona piuttosto in contrasto con i libri. Ammetto di essere purtroppo pigra e ultimamente leggo troppo poco, un po' perché dovrei avere tempo per ricercare dei libri che mi piacciono, un po' perché se inizio un libro diventa una sorta di droga. Ricordo da ragazzina che mi svegliavo alla notte e non riuscivo più a dormire perché avevo il pensiero di sapere come finiva il mio libro. Sono molto curiosa e la mia fissa quando inizio un libro è leggere l'ultima frase.. lo so.. magari mi rovino il finale anche se fino ad ora non è mai successo, e comunque è più forte di me!! Amo tantissimo i thriller e i gialli, quelli con l'assassino, ho una collezione di circa 60 libri di Agatha Christie che adoro. Da adolescente però volevo scrivere un libro romantico, ricordo che io ed una mia compagna facevamo leggere i capitoli all'insegnante che li correggeva. Amavo i finali incerti.. quelli che non si capisce come va a finire, quelli che a me fanno tanta rabbia.. ma io potevo scriverli perché in fondo nella mia testa poi sapevo come andava a finire!!!

E dopo il libro romantico passai alle poesie, più che altro mi piaceva il pensiero perché credo di non averne mai scritte, ma di sicuro le leggevo. Da ragazzina infatti, prima di dormire leggevo sempre un libricino di

poesie, non ricordo come si chiamava e purtroppo non l'ho più trovato ma ricordo

perfettamente una poesia che mi si è scolpita nella mente. Il mio primo pensiero è andato a lei quando ho letto che la sfida mensile dell'MTC questo mese prevede di realizzare un muffin ispirato ad un testo letterario.

***"IL MIO CUORE ILLUMINAVA TUTTO
E C'ERI TU, CON LA MIA LUCE IN MANO,
ACCANTO A ME SENZA SAPERLO"***

La adoro, in poche parole rende un significato immenso! Il mio muffin è piuttosto semplice ma è decisamente innamorato. Ho pensato di creare due metà che rappresentano lui e lei ed un "cuore" unico al centro che li unisce.



Questo mese il terzo giudice dell' MTC è la mitica Francesca Carloni che nel suo blog spiega nei minimi dettagli come realizzare un muffin perfetto. Le indicazioni che ci dona sono fondamentali. Vi consiglio di andare a leggere sul suo blog tutte le indicazioni.

PS. La foto del muffin tagliato è stata fatta diversi giorni dopo perché mi sembrava importante far vedere il cuore all'interno ed inizialmente non l'avevo fatta, però la consistenza non era più come appena fatti ma più "asciutta"

MUFFIN INNAMORATO
CON CUORE AL LAMPONE
per 9 muffin medi

per i muffin

2 uova

250 g di farina

80 g di zucchero

8 g di lievito per dolci

1/2 cucchiaino di bicarbonato

130 latte

65 g di burro

130 mascarpone

per la parte al fondente

20 cacao

80 g di cioccolato fondente

per la parte al cocco

20 g di farina di cocco

80 g di cioccolato bianco

per il cuore

100 g di lamponi freschi

5 g di maizena

25 g cioccolato bianco

15 g di zucchero

20 g di acqua



Per prima cosa preparate i “cuori” di lampone. In un pentolino mettete i lamponi con l’acqua e lo zucchero, lasciate cuocere una decina di minuti. Frullate con il mixer ad immersione e filtrate per eliminare i semi. Nel pentolino mettete la maizena ed unite poca polpa di lamponi, mescolate bene eliminando i grumi, unite la restante polpa ed il cioccolato bianco tritato, mescolate continuamente. Quando inizia a sobbollire togliere dal fuoco e dividere il composto negli stampini per fare il ghiaccio. Mettete il freezer fino a congelamento.

Assicuratevi che tutti gli ingredienti per il muffin siano tiepidi e non da frigo.

Per la parte liquida, sbattete il burro ammorbidito con lo zucchero fino a renderlo una crema. Unite le uova ed

amalgamatele al composto. Unite il latte ed il mascarpone. Mescolate bene fino a creare un composto omogeneo poi dividetelo in due parti uguali.

Dividete a metà tutti ingredienti secchi setacciati e disponeteli in due ciotole distinte. In una delle due aggiungete il cacao setacciato e le gocce di cioccolato fondente, nella seconda la farina di cocco e le gocce di cioccolato bianco. Versate la parte liquida una parte nel composto fondente e una parte in quella al cocco. Mescolate con un cucchiaino il minimo indispensabile per amalgamare assieme i due composti, se rimarranno dei grumi non cercate di eliminarli continuando a mescolare ma lasciateli.

Riempite i pirottini per metà nel senso verticale, con la parte al cioccolato. Prendete i cuori di lampone ed affondateli circa a metà del composto. Riempite l'altra metà con il composto al cocco.

I pirottini dovranno essere pieni fin quasi al bordo. Mettete i pirottini nella teglia per muffin. Cuocete a 180°C per circa 20 minuti. Fate comunque la prova stecchino.

Conservate i muffin in una scatola di latta.









l'ombelico di Venere



 Calombelico di Venere



Calombelico di Venere

Con questa ricetta partecipo all'MTC di novembre



PLUMCAKE INTEGRALI ALL'AVENA E CONFETTURA DI SUSINE

Avete presente quelle macchinette malefiche che mettono all'interno della mensa delle aziende? Ebbene sì, anche in quella dove lavoro ce n'è una che stà lì... e ti guarda.. ti invoglia e ti obbliga a mangiare qualcosa.. sì, ti obbliga, perchè tu con tutti i buoni propositi del mondo ti porti la mela da casa che sarà pure buona ma quando alle 10 stai morendo di fame e un bel biscottino ti fa l'occhiolino voglio vedere cosa scegli!!

Ogni tanto però la mia coscienza fa capolino e allora mi lascio tentare solo da prodotti più sani, infatti non mancano i prodotti biologici, integrali i gluten free e addirittura i vegani. Allora un giorno ho mangiato un plumcake alla crusca e avena, non era male e fu così che il tarlo si insinuò nella mia testolina.. e quando questo succede non posso far altro che assecondarlo. Devo dire che il risultato ha superato le mie aspettative, i plumcake sono davvero buoni, hanno un sapore rustico e sano, naturalmente se usate una confettura fatta da voi come ho fatto io, la vostra colazione sarà ancora meglio.



ambelicedivenere.blogspot.it

clicca sul titolo per la ricetta

**PLUMCAKE INTEGRALI ALL'AVENA
E CONFETTURA DI SUSINE**





La mia ricetta e quelle per altre splendide colazioni, potete trovarla nel n° 6 di Taste&More Magazine

PLUMCAKE COCCO E FRUTTI DI BOSCO

Vi ho parlato qui della mia gita a Bologna, ogni tanto mi piace andarci perchè naturalmente si trovano tante cose che da

me non esistono, adoro la zona del centro fatta di negozietti di ortofrutta, macellai, salumerie pastifici, drogherie e pescherie che si accavallano nelle strette vie del centro, è tutto molto colorato e folcloristico e far la spesa lì è molto bello, peccato che venga voglia di comprare di tutto, se capitate in città non mancare di visitare questa zona, per noi foodblogger un piccolo paradiso, anche perchè qui si trovano numerosi locali in cui è possibile mangiare o prendere un'aperitivo, e si trova anche il piccolo, se pur molto carino, Eataly.

Io, davanti ad una di queste bancarelle, mi sono incantata guardando una montagna di frutti di bosco disidratati, sembra una cosa così banale ma io così sfusi non li avevo mai visti, al massimo trovo i ribes confezionati. Li ho comprati subito, poi mi son anche pentita di non averne presi di più.. e la sera stessa ho preparato questo delizioso e veloce plumcake. Il sapore del cocco non si sente moltissimo quindi se volete accentuarlo di più aggiungete circa 20 gr in più di farina di cocco e qualche cucchiaino di latte.

ps. il latte di cocco che ho utilizzato io era particolarmente denso, tipo panna da cucina, quindi se non lo trovate potete anche utilizzare lo yogurt al cocco.



PLUMCAKE AL COCCO E FRUTTI DI BOSCO

per uno stampo da 25 cm

3 uova

140 gr di zucchero

80 ml di olio di semi

200 gr di farina 00

50 gr di farina d'avena

10 gr di lievito per dolci

250 gr di latte di cocco

30 gr di farina di cocco

80 gr di frutti di bosco disidratati

30 gr di ciliegie disidratate

1 limone non trattato



Montate le uova con lo zucchero per una decina di minuti, finchè il composto risulterà sodo.

Unite piano l'olio, la scorza di 1/2 limone, poi il latte di cocco e mescolate bene, aggiungete la farina di cocco e le farine setacciate col lievito, mescolate delicatamente, unite i frutti di bosco e le ciliegie.

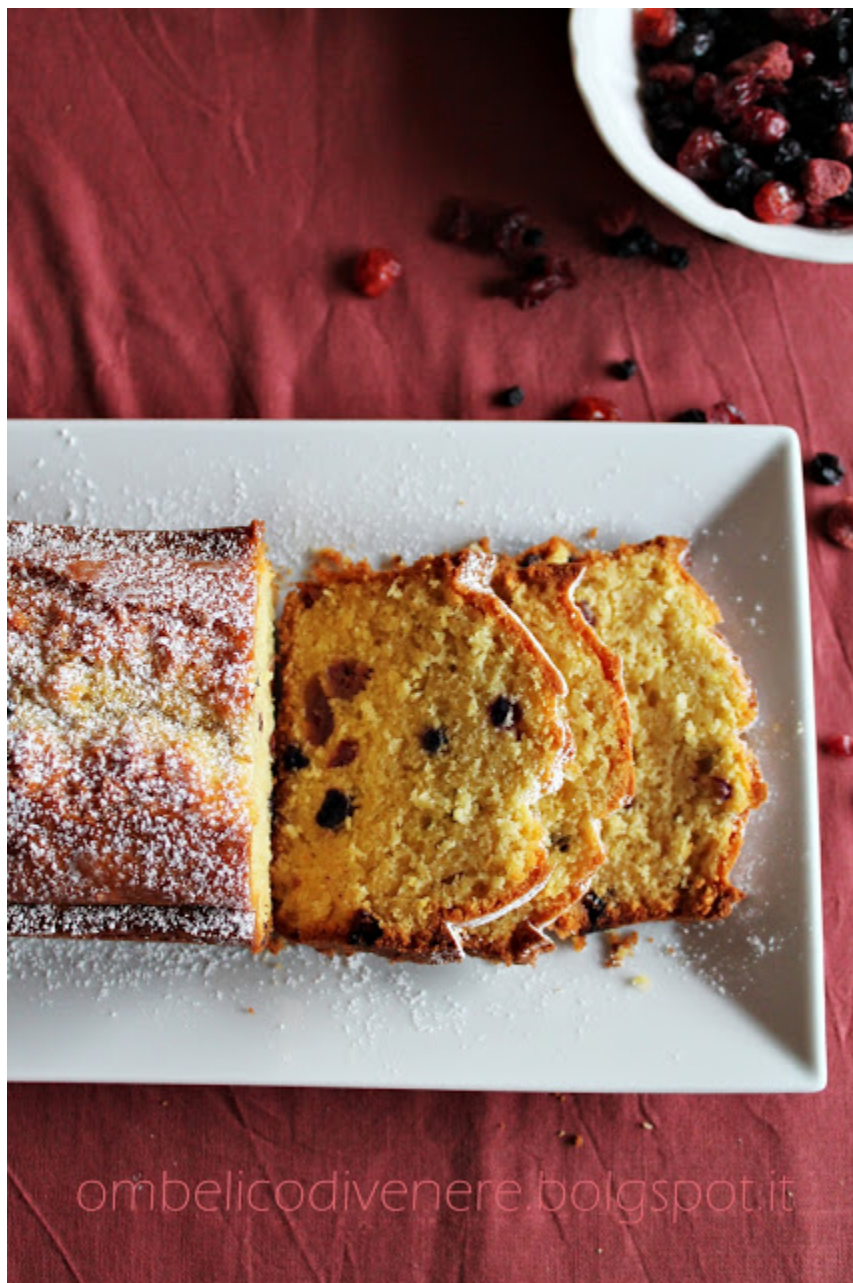
Imburrate uno stampo da plumcake da 25 cm e cuocete in forno a 180° per circa 35-40 minuti, fate la prova stecchino. Lasciate raffreddare ed eventualmente cospargete con zucchero a velo.



ombelico.divenere.bolgspot.it

ombelicodivenere.bolgspot.it





ombelico divenere.bolspot.it

CUPCAKE PERE E NOCI

Vi ho già parlato della mia amica, quella che cucina solo pizza, bene il suo ragazzo si è messo a dieta e lei è disperata perchè non può più farla, e soprattutto mangiarla, così ha pensato bene di invitare le amiche per rimettere le mani in pasta. Come ormai sapete bene io porto il dolce...

Questa volta ho preparato una torta alle noci farcita con la mia confettura di pere e una crema alla ricotta. Era

buonissima e alla fine della cena le mie "amichette" se la sono divisa un pezzetto a testa. Ho pensato di rifarla in versione cupcake riequilibrando gli ingredienti.



CUPCAKE PERA E NOCI CON FROSTING ALLA RICOTTA

per 10-12 cupcake

per i cupcake

150 gr di zucchero

90 gr di burro

2 uova

200 gr di farina

1 cucchiaino di lievito per dolci

1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio

1 pizzico di sale

70 gr di noci

2 pere Abate medie

1 cucchiaio di succo di limone

2 cucchiaini di moscato

55 gr di latticello

per il frosting

200 gr di ricotta

100 gr di panna

70 gr di zucchero

2 gr di colla di pesce



Per i cupcake, frullate a farina 40 gr di noci. Sbucciate le pere e prelevate 250 gr di polpa, frullatela con il succo di limone e due cucchiaini di moscato.

Montate lo zucchero con il burro finchè non diventerà una crema, unite le uova una alla volta e fate amalgamare bene. Mescolate assieme il lievito, il bicarbonato e il sale alla farina e setacciate. Unite il mix di farina e le noci frullate alla crema e mescolate lentamente, aggiungete la purea di pere, il latticello e terminate con le restanti noci tritate grossolanamente e la restante pera tagliata a piccoli pezzi.

Per il frosting, mettete la colla di pesce in ammollo in acqua fredda per circa 10 minuti. Scaldate due cucchiaini di panna e unitevi la colla di pesce. Mescolate con la frusta la ricotta con lo zucchero fino a farla diventare una crema liscia, unite la panna con la colla di pesce, montate la restante panna e unitela delicatamente al composto di ricotta, amalgamate delicatamente. Riempite gli appositi pirottini per mufffin e cuocete a 180° per 20-25 minuti. Quando saranno completamente raffreddati decorate con il frosting che nel frattempo sarà rassodato.



ps. scusate per le foto, dopo averle “perse” tutte ho recuperato solo queste dal web, appena possibile rifarò la ricetta e ne inserirò delle migliori.

con questa ricetta partecipo al contest di Morena

PLUMCAKE AL CEDRO E

LATTICELLO

Stasera ho deciso di pubblicare questo plumcake che ho fatto la scorsa settimana perchè son sicurissima piacerebbe tanto ad Angela, una mia carissima amica che vive a Cavezzo e che ora dal suo appartamento si è dovuta trasferire in una tenda in mezzo ai campi nelle terre della famiglia del suo ragazzo.. la sento praticamente tutti i giorni e le sento dire cose che mi mettono un'immensa tristezza e io l'unica cosa che posso fare è invitarla a tempo indeterminato a casa mia, giustamente però hanno i parenti lì e non se la sentono di lasciarli!!

"mi sa che ieri ti ho impressionato coi miei versi, ma sai 30 secondi di scossa, non capivo più niente, non stavo in piedi..."

"Tizi ti ricordi dove andavamo a prendere il gelato a pranzo??.. non c'è più niente"

"Tizi.. Cavezzo non lo riconosceresti più.. non c'è più niente"

"..non so cosa faremo ma non voglio più tornare nel mio appartamento, quella parte della mia vita è finita.."

Il loro appartamento non ha subito danni è agibile ma capisco la paura, essendo al terzo piano poi!! Io lì ci sono stata innumerevoli volte, ho pranzato da lei quasi sempre, ho anche dormito lì una sera che c'era la neve e non potevo tornare a ravenna, con la loro gattina che per tutta la notte mi ha fissato perchè vedeva questa "estranea" e non capiva cosa facessi lì!! Dopo la prima scossa erano tornati ad una semi normalità, dormivano in casa ed avevano ricominciato il lavoro ma ora la situazione è stravolta!!



ombelicodivenere.blogspot.it



PLUMCAKE AL CEDRO E LATTICELLO

per uno stampo da 25 cm

170 gr di farina autolievitante

150 gr di zucchero

2 uova

80 gr di maizena

30 ml di succo di cedro

30 ml di olio di semi

125 gr di latticello

buccia grattugiata di cedro circa 8-10 gr

per la glassa

succo di cedro

100 gr di zucchero a velo

zeste di cedro

Montate le uova con lo zucchero finchè non si creerà un composto gonfio, unite la farina e la maizena setacciate. Spremete il succo di cedro ed unitelo al composto assieme all'olio al latticello e alla buccia grattugiata del cedro. Ungete uno stampo da plumcake, rovesciateci dentro l'impasto e cuocete 35 minuti a 180° in forno statico. Sfornate il dolce e lasciate raffreddare.

Preparate la glassa unendo un pò di succo di cedro allo zucchero a velo, deve avere una consistenza fluida ma non troppo liquida.

Decorate con le zeste di cedro prima che la glassa solidifichi.



Con questa ricetta partecipo al contest di
LA ERIKA IN CUCINA

FRANGIPANE CUPCAKE

Ed eccomi ancora alle prese con il frangipane di Ambra..
questo contest occupa i miei pensieri.. ma creerà
dipendenza!?!??

Oggi ho sfornato un frangipane vestito da cupcake..
buonooooo!!!!



FRANGIPANE CUPCAKE

per circa 10 cupcake

per la frolla

125 gr di farina

70 gr di burro

90 gr di zucchero a velo

40 gr di tuorli

per il frangipane di Ambra

100 gr di burro

100 gr di farina di mandorle

100 gr di zucchero

30 gr di fecola di patate-maizena

1 uovo

per la bavarese all'amaretto

2 tuorli
250 ml di latte
70 gr di zucchero
7 gr di colla di pesce
380 ml di panna per dolci
8-9 amaretti
10 mezze pesche sciroppate
8-9 amaretti
2-3 cucchiaini di gocce di cioccolato fondente
2 cucchiaini di contreau

Prima di tutto preparate la bavarese, in un piatto con acqua fredda mettete ad ammolare la colla di pesce, in una ciotola mescolate i tuorli con lo zucchero poi unite il latte caldo e cuocete fino a 82° o comunque prima che arrivi a bollore, togliete dal fuoco e continuate a mescolare per 1 minuto, poi unite la colla di pesce e lasciate intiepidire. Riducete a farina gli amaretti con un frullatore e uniteli alla crema. Montate la panna e unitela delicatamente al composto, mettete in frigo a rassodare 3-4 ore.

Per la frolla, impastate assieme il burro con lo zucchero a velo, unite poi i tuorli e quando saranno assorbiti la farina il sale e la scorza del limone. Mettete a riposare in frigo per un'ora, riprendete la pasta stendetela ad un'altezza di 3 mm e tagliate dei cerchi da circa 15 cm, rimettete in frigo per 30 minuti.

Nel frattempo preparate la crema frangipane, montate il burro con lo zucchero fino ad ottenere una crema spumosa, aggiungete l'uovo appena sbattuto, incorporate la farina di mandorle poco per volta e la maizena, sempre continuando a montare.

Prendete la frolla e stendetela sottile 3 millimetri, tagliate con dei coppapasta dei dischi e foderate degli stampini monodose che devono contenere la mezza pesca, riempite fino metà con la crema frangipane poi mettete la mezza pesca e spingetela leggermente in modo che la crema salga riempiendo tutto il bordo, mettete in frigo. ps. io le pesche le ho un po scavate.

Sbriciolate gli amaretti grossolanamente, unite le gocce di cioccolato, il contreau e un po di sciroppo delle pesche.

Riprendete gli stampini e riempite i buchi delle pesche con il composto di amaretto.

Cuocete a 180° per circa 20 minuti. Sfornate lasciate

raffreddare, togliete i cupcake dagli stampi e decorate con la bavarese.



con questa ricetta partecipo al contest di
MENU TURISTICO di aprile

PLUMCAKE ALLE MELE

Domani è l'ultimo giorno di lavoro del mio ragazzo e mi ha chiesto di preparargli qualche dolcetto da portare.. certo.. sembra che festeggi!!! comunque io eseguo.. ho deciso di fare qualche mini tortina alle mele e ne approfitto per fare pure qualche plum-cake per la colazione!!!

PLUMCAKE E TORTINE ALLE MELE

da una ricetta di Luca Montersino

200 gr di zucchero a velo
250 gr di burro
250 gr di farina
80 gr di tuorli

70 gr di albumi
15 ml di rum
7 gr di lievito
mele pink lady

Montare il burro precedentemente ammorbidito con lo zucchero, unire poi i tuorli e il rum, aggiungere la farina e il lievito. Montare gli albumi e unirli delicatamente al composto.

Imburrare degli stampini da plum cake oppure da muffin, riempire con 2/3 del composto e disponete sopra le mele tagliate a piccoli cubetti.

Infornare a 180° per 15 min circa in base alla grandezza dello stampino, fate la prova stecchino!!

