



Crema all'arancia senza uova e latte

Crema all'arancia senza uova e latte

Sveglia alle sette, come al solito. Colazione con spremuta d'arancia, caffè e biscotti. Occhiata fugace fuori dalla finestra e coccole a Noir (il mio amore gattoso).

È una bella giornata, una di quelle che ti fanno desiderare di essere altrove, tra mare, montagne e verde. Sono giorni

intensi, ricchi di novità e aspettative e con questo sole e tante emozioni nella testa, cammino verso Dalston, una zona che vibra, un cuore che pulsa. Non è una meta turistica, ma è soprattutto per questo che vi consiglio di passarci. Qui, c'è un mercato di frutta e verdura che amo. Proprio accanto al piccolo Poundland e di fronte a Dalston Kingsland station. Tra gente che parla ad alta voce, persone che cantano, sorrisi ed odori, frutta e verdura a poco prezzo ed energia positiva gratis.

Compro il necessario per il "dolce" che realizzerò oggi: crema all'arancia, ricoperta di nocciole tostate e frutta fresca. Un mix di sapori, che porterà l'Estate anche nelle vostre papille gustative!

Ricetta

Ingredienti per 3 -4 persone

- 230 ml Succo d' arancia appena spremuto
- 10 g Fecola di patate
- 50 g Zucchero di canna integrale
- 5 g Vaniglia liquida bio
- Fragole q.b
- Nocciole tritate e tostate q.b

Procedimento:

1. Versate in un pentolino (a fuoco spento) lo zucchero e la fecola. Mescolate e amalgamate bene.
2. Mettete il pentolino sul fuoco a fiamma dolce e versate, a filo, il succo di arancia senza mai smettere di mescolare per evitare di formare grumi.
3. Aggiungete la vaniglia, lasciate cuocere finché la crema sarà addensata
4. Fate raffreddare coperta con un foglio di pellicola da

cucina.

5. Farcite la crema con nocciole tostate e fragole.

Consigli

- Questa crema è ottima anche per farcire torte e crostate
- Invece dello zucchero potete utilizzare lo sciroppo d' acero o lo sciroppo d' agave
- E' un' ottima merenda per adulti e bambini o un dessert sano, da preparare in pochi minuti



Ridley Road Market (London)





Instragram

Blog Inglese

WebSite