

Sformatini di ricotta di mandorle e ricotta di soia e carciofi , antipasto vegano gluten free

Gli sformatini di carciofi e ricotta sono un piatto di apertura di una cena , semplice da preparare e adatto anche a occasioni speciali, come festività oppure quando ci sono ospiti a tavola.

Questi sformatini sono resi speciali dalla presenza delle ricotte vegetali che danno un tocco in più al piatto, rendendoli nel complesso buonissimi e delicati.

Suggerisco di servirli non caldissimi, meglio tiepidi. Provateli, di sicuro non ve ne pentirete!





Ingredienti

- carciofi a spicchi q.b.
- olio extravergine di oliva(+ altro per gli stampini)
- prezzemolo (tritato)
- aglio
- Sale
- Pepe

- 4 cucchiaini farina di mais finissima
- 4 cucchiaini di farina di ceci
- 1 pizzico di cremor tartaro
- Ricotta di mandorle fatta in casa (per ogni 1 litro di latte di mandorle senza zucchero +succo di 1 limone o 2/3 cucchiaini di aceto di mele)
- Ricotta di soia fatta in casa (per ogni 1 litro di latte di soia autoprodotta senza zucchero +succo di 1 limone o 2/3 cucchiaini di aceto di mele)
 - Preparate intanto le ricotte :Scaldare il latte (soia o mandorla) , versarlo in una ciotola di vetro e aggiungere il limone o aceto di mele .
 - Mescolare e lasciare riposare per 10 minuti. Mettere il composto in uno scolapasta coperto da un canovaccio o colino a maglie strette e lasciarlo colare.
 - Trasferire la parte solida in un cestino per ricotta, lasciar riposare in frigo per almeno due ore.
 - Prima di metterlo in frigo puoi aggiungere sale o spezie varie per quella salata Se vuoi usarla per preparazioni dolci aggiungere sciroppo di agave o altro dolcificante...
 - Preparate le ricotte , Scaldate l'olio con l'aglio e versate i carciofi a spicchi.
 - Fate insaporire, poi aggiungete poca acqua e cuocete.
 - Condite con sale, pepe e un po' di prezzemolo tritato.
 - Aggiungete acqua al bisogno e fateli diventare belli morbidi.
 - Fate evaporare tutto il liquido.
 - Frullateli omogeneizzando il tutto, aggiungendo anche 4 cucchiaini farina di mais finissima ...
 - Dovrete ottenere una crema densa, rimettetela sul fornello e fatela restringere per qualche minuto.
 - Unite carciofi frullati alla ricotta e mescolate con un cucchiaio.

- Aggiungete 4 cucchiaini di farina di ceci.
- 4 cucchiaini di farina di ceci
- Spennellate con olio gli stampini in silicone e distribuite il composto preparato e adagiateli su una padella, riempitela con acqua calda fino a metà dell'altezza degli stampini e cuocete per 30-40 minuti... coprendo... una volta evaporata tutta l'acqua girate i pirottini di silicone sulla padella dalla parte superiore in modo da far dorare la superficie...

Infine li ho serviti farcendoli con un po' di ricotta di soja che avevo messo da parte , tagliandoli in due e spalmando la ricotta al centro. 🍷 Potete conservare gli sformatini in frigo per 2-3 giorni. Scaldateli poi leggermente prima di servirli, evitando di raggiungere temperature troppo alte.

Sarà un trionfo di Sapori :il sapore di una polenta al cucchiaino molto delicata al gusto di carciofo , ma Trionferà Il Gusto della ricotta di soia resa ancora più delicata dall'aggiunta di ricotta di mandorla.