

MIGLIACCIO DOLCE CREMOSO
NAPOLETANO VEG

MIGLIACCIO DOLCE CREMOSO NAPOLETANO VEG



Viaggi&AssaggiFelici







 **MIGLIACCIO DOLCE CREMOSO
NAPOLETANO VEG** 



ViaggiAssaggiFelici.blog
Viaggiando con amore

Viaggi&AssaggiFelici

*Il **Migliaccio** , nella sua versione dolce, è un tipico dolce napoletano : una **Torta di semola di grano duro** a base di **ricotta**, uova e latte profumata ai mille fiori, dalla **consistenza molto simile** ad una polenta, **cremosa e morbidissima** che si scioglie in bocca come una mousse! Semplicemente delizioso!*

*Parliamo di un **dolce che ha origini molto antiche**, legato alla tradizione contadina partenopea che risale all'epoca medioevale.*

*Un tempo il **migliaccio** veniva preparato con il "miglio" il cereale da cui prende appunto il nome **Migliaccio**; che col passare del tempo è stato sostituito con la semola di grano duro ovvero il **semolino**.*

*Quella che vi propongo oggi, è naturalmente la **Ricetta vegana del Migliaccio napoletano !!!***

***Semplice e velocissimo** da realizzare, vi occorreranno meno di 20 minuti a disposizione per dargli vita, quando lo assaggerete, resterete estasiati dal quanto sia buono il **Migliaccio dolce napoletano : gusto divino, vanigliato e una consistenza completamente nuova, una torta che ogni boccone diventa crema**. vi lascio alla ricetta. Buona preparazione a tutti, buona lettura !!!*

INGREDIENTI per 1 teglia da 18 – 20 cm

- □180 gr di semolino (semola di grano duro)
- □500 gr di latte VEGETALE
- □300 gr di acqua
- □175 gr di ERITRITOLO (OPPURE META' ERITRITOLO E META' SCIROPPO DI AGAVE O ACERO)
- □250 gr di ricotta DI SOIA (IN FONDO ALL'ARTICOLO LA MIA RICETTA PER FARLA IN CASA)

- □50 gr olio di cocco deodorato
- □100 GR DI YOGURT DI SOIA
- □1 cucchiaino di aroma fiori di arancio
- □10 ml di Limoncello
- □la buccia di un limone
- □una bacca di vaniglia
- □eritritolo a velo a velo e cacao amaro in polvere per guarnire

PROCEDIMENTO

- *In una pentola capiente, versate il latte, l'acqua, 20 gr di DOLCIFICANTI , L'OLIO di cocco , la vaniglia e le AROMA Fior d'ARANCIO E LIMONCELLO;
- *Scaldate il composto A fuoco medio, girando fino a quando olio di cocco e dolcificanti non si sono completamente sciolti.
- *Aggiungete la semola , abbassate leggermente la fiamma e girate con una frusta a mano, in pochi secondi vedrete il composto rapprendersi in una crema compatta tipo polenta.
- *Versate subito la crema di semolino in un piatto da portata. Coprite con una pellicola e lasciate raffreddare.
- *Quest'operazione serve per abbattere la temperatura della crema.
- *Nel frattempo montate con le fruste elettriche lo yogurt con il resto dei dolcificanti,i semi della bacca di vaniglia, buccia finemente grattugiata di limone.
- *Montate fino a quando non avrete ottenuto un composto spumoso e voluminoso.
- *Aggiungete la ricotta di soia e versate la crema di semolino ormai fredda. amalgamate con una frusta a mano o elettrica fino a quando non otterrete un impasto liscio e privo di grumi!
- *Versate nella teglia a cerniera ricoperta da carta forno.

- ✳Versate sopra dello sciroppo di agave o acero prima della cottura

COTTURA DEL MIGLIACCIO

Per un risultato ottimale il Migliaccio deve avere superficie CREPATA, spaccata e chiara.

- □FORNO: Infornate nella parte media del forno per circa 50 minuti se state usando una teglia da 20 cm .Sfornate il migliaccio e lasciate raffreddare in teglia per 1 h circa, togliere il cerchio dalla teglia e sformare il dolce.Spolverate di zucchero 0 eritritolo a velo! Ecco il vostro **Migliaccio napoletano** pronto per essere gustato
- ✳FRIGGITRICE AD ARIA : Adagiate lo stampo sul cestello e cuocetelo a **160° per 25 minuti**, dopodiché 10 minuti a 180° . **Se vedete che il migliaccio brunisce in superficie** (dovuto alla resistenza, soprattutto nei modelli poco capienti) potete adagiare in superficie un foglio di carta alluminio.

Qui trovate il link per poter acquistare la Friggitrice ad Aria in mio possesso : OGGI E' SUPER-SCONTATA A € 114

Il migliaccio si conserva per 3 giorni a temperatura ambiente. In frigorifero si conserva per più giorni diventerà un ottimo semifreddo!

Potete congelarlo anche !!!

Il mio consiglio è di gustarlo ben freddo. Almeno 2 h dopo la cottura. Meglio il giorno dopo, quando tutti i sapori si sono assestati. Golosissimo da solo, potete accompagnare il Migliaccio ad una golosissima salsa al cioccolato.

Gustate una fetta per colazione o per addolcire il palato dopo i pasti o il pomeriggio, magari sorseggiando un buon tè.

" RICOTTA DI SOIA "

<https://viaggiassaggifelici.blog/2021/03/28/ricotta-di-soia/>