

Biscotti al limone

Finalmente è online la nuova grafica del blog! È stato un lungo, anzi lunghissimo lavoro quindi spero proprio che vi piaccia.

Ci sono due sezioni in più, quella dedicata al **travel** e alle **food experience** e quella dedicata alle **novità**, alle **interviste** e a tutto quello che mi piace e che voglio condividere con voi. E poi un **nuovo indice per le ricette** (che non è ancora completo, ma che lo sarà presto, promesso!). Ovviamente mi piacerebbe ricevere i vostri feedback, consigli e critiche (spero poche! ahah!).

Per inaugurare il nuovo blog vi posto la ricetta dei **biscotti al limone** che mi ha regalato la mia vicina di casa. Me li ha fatti assaggiare e li ho trovati irresistibili. Li ho subito rifatti e probabilmente li rifarò presto perché sono finiti in un attimo ;)



Ricetta biscotti al limone

- 100g di burro
- 100g di zucchero
- Scorze di 2 limoni grattugiati + succo di 1/2 limone
- 1 uovo
- 250g di farina
- 1 cucchiaino di baking powder o lievito per dolci
- zucchero per decorare

In una ciotola mettete il burro a temperatura ambiente con lo zucchero. Amalgamate bene, poi aggiungete l'uovo, i limoni (scorza + succo) e la farina mischiata al lievito.

Lasciate riposare l'impasto in frigorifero per almeno un paio di ore.

Tirate fuori l'impasto e fate delle palline con le mani (come abbiamo fatto con i famosi [biscotti morbidi al cioccolato](#) che avete praticamente provato tutti!) da passare nello zucchero bianco o nello zucchero a velo.

Mettete le palline su una teglia ricoperta di carta forno e cuocete a 180° per circa 8-9 minuti. Quando vedete che i biscotti iniziano a fare le crepe vuol dire che ci siamo, sono pronti! Prima di toccarli lasciateli raffreddare altrimenti si romperanno ;)

Torta morbida cocco e limone

Sono appena tornata da un bellissimo viaggio a Taormina, ospite di Whirlpool. Ve ne parlerò prestissimo, ma intanto voglio condividere con voi questa ricetta semplicissima di una torta al cocco davvero buona.

Cosa c'entra con Taormina? Assolutamente niente, ma a me il cocco fa pensare all'estate, al mare, alla spiaggia e al profumo delle creme solari. La prima cosa che ho fatto appena sono tornata a casa, quindi, è stata cercare di ricreare la stessa atmosfera in un'afosa Milano. Ovviamente non è proprio la stessa cosa, ma la torta provatela perché ne vale la pena!



Torta al cocco

(di Donna Hay con qualche modifica)

125g di burro

2 cucchiaini di scorza di limone grattugiata (limone non trattato)

180g di zucchero

4 uova

180g di cocco disidratato

140g di farina setacciata

1 cucchiaino di baking powder (o lievito non vanigliato)

Zucchero a velo q.b.

In un robot da cucina lavorate il burro a temperatura ambiente, aggiungete la scorza di limone, lo zucchero. Poi aggiungete anche le uova, una alla volta, il cocco e la farina mischiata al lievito.

Versate il composto in uno stampo rotondo di 20cm circa foderato di carta forno.

Infornate a 180° fino a doratura. Fate una prova con lo stuzzicadenti, se esce pulito e caldo la torta è pronta.

Spolverizzate con zucchero a velo.



Tortine al limone con semi di papavero e stevia

Ultimamente abbiamo parlato spesso di una cucina più sana e soprattutto abbiamo parlato di limitare l'utilizzo di zucchero bianco. Certo, le rivoluzioni non si fanno nel giro di qualche giorno, ma la sottoscritta ha deciso di mettersi a studiare dei dolci che non facciano impennare la bilancia ed i nostri esami del sangue (nel mio caso mi preoccupa di più la bilancia, in questo momento :D).

Quindi oggi parliamo di STEVIA. Che cos'è, come si usa, come si dosa. Iniziamo a fare un piccolo riassunto delle cose principali da sapere e, ovviamente, facciamo anche una prova pratica. Le informazioni mi sono state fornite dal preparatissimo team di [Misura Stevia](#) quindi sono sicure al 100% :)



Questa è la stevia!

Cos'è la stevia?

È una pianta che dolcifica naturalmente e non ha calorie. Il suo potere dolcificante è 300 volte superiore a quello dello zucchero.

La stevia può essere consumata da chi soffre di diabete?

Sì, può essere utilizzata da chi soffre di diabete di tipo 1 e 2.

La stevia fa venire la carie?

No, non favorisce la carie, ma anzi contribuisce ad una migliore igiene orale.

La stevia contiene glutine?

Assolutamente no.

Come faccio a capire come sostituire lo zucchero con la stevia?

Credo che principalmente serva fare un po' di esperienza, ma ci possiamo aiutare utilizzando questa tabella di Misura Stevia:

Cristalli finissimi (barattolo da 250g)

100g zucchero = 40g stevia

Cristalli finissimi (busta 150g)

100g zucchero = 50g stevia

Liquido

5g zucchero = 0,2ml

Bustina

1,5g zucchero = 5g stevia

Di cosa sa la stevia?

Ha un retrogusto di liquirizia, questo è il motivo per cui è importante imparare a dosarla in base ai propri gusti ed agli abbinamenti. Per esempio per me l'abbinamento con il limone e i semi di papavero ha funzionato alla perfezione.

La stevia può essere usata da donne incinte e bambini?

Certo, non ha alcuna controindicazione.

Dove si compra la stevia?

La trovate in tutti i supermercati, in polvere oppure liquida.

Il consiglio

Iniziate ad utilizzare la stevia con un dolce che conoscete già, così riuscirete a capire come cambia la ricetta quando la sostituite allo zucchero. Se invece utilizzate una ricetta nuova e non vi dovesse piacere non saprete mai se è colpa della stevia o della ricetta ;) Ovviamente se volete cominciare dalla mia ricetta mi fa un gran piacere, in tal caso ricordatevi di mandarmi la foto, taggarmi o usare #unbiscottoalgiorno sui social così vi trovo e vi sbaciucchio.

È molto utile preparare impasti senza uova in modo che possiate dosare la stevia e assaggiare l'impasto senza problemi per correggerlo.

Al momento c'è anche un concorso con dolci con la stevia organizzato da Misura, se volete partecipare seguite il link [La dolcezza che ti sveglia](#).

Domande

Ovviamente se avete altre domande sarò ben felice di rispondere insieme al team di Misura che ne sa un po' più di me :) Scrivete pure qui sotto nei commenti.



Tortine in preparazione

Tortine al limone, semi di papavero e stevia

Burro 80g

Stevia 40g (in origine c'erano 250g di zucchero)

Limoni non trattati 2 (buccia grattugiata)

Semi di papavero 13g

Latte 250g

Farina 230g

Lievito per dolci 2 cucchiaini

Sale 1 pizzico

Sciogliete il burro nel microonde o a bagnomaria. Aggiungete i semi di papavero e la buccia dei limoni grattugiata. Amalgamate bene il tutto. Mischiate la farina con il lievito e aggiungetela all'impasto alternandola al latte (facendo attenzione a non fare i grumi). È ora il momento di aggiungere la stevia e, infine, il pizzico di sale.

Rovesciate il composto nei pirottini e infornate a 180° fino a doratura.

[Torta in tazza al limone - cottura al microonde](#)



Vi mancavano le torte in tazza? A giudicare dalle richieste direi proprio di sì, quindi eccovi accontentati con un'altra super torta rapidissima e davvero buona. Devo dire che questa è probabilmente la mia preferita tra [quella al cacao](#) e [quella allo yogurt](#). Rimane morbida morbida ed è profumata e deliziosa!

P.S.

Ho finalmente aggiornato l'indice delle ricette quindi potete trovare tutte le preparazioni divise per sezioni, spero vi sia utile! :)



Ricetta Torta in tazza al limone

(da Mug Cakes di Lene Knudsen)

Burro 30gr

Zucchero 4 cucchiari

Buccia grattugiata di 1 limone

Uovo 1

Vaniglia qualche semino di bacca

Panna liquida 2 cucchiari

Farina 6 cucchiari

Lievito 1/2 cucchiaino

Fondere il burro nel microonde alla massima temperatura a 800w. Aggiungere lo zucchero, la buccia di limone, l'uovo, la vaniglia, la panna liquida e la farina mischiata al lievito.

Dividere l'impasto nelle tazzine (potete usare anche le tazze grandi, ma io amo quelle piccole) e mettere in microonde a 800W. Facciamo così, non vi dico quanti minuti perché tanto ormai siete bravissimi da soli, guardate la tazzina e l'impasto che cresce, quando inizierà a superare il bordo della tazza tenetelo ancora qualche decina di secondi e poi dovrebbe essere pronta, come al solito fate una prova con una tazzina ;)

La cosa bella di questa torta è che se per caso spegnete il microonde e la torta si affloscia perché non è pronta potete riaccendere e crescerà di nuovo... magia! :D