

COLLANA RICETTARI · CUCINA SENZA...

Cucina senza glutine

*100 ricette italiane
per chi non rinuncia al gusto*

BRAISHOP



Sbirca dentro

3 ricette in anteprima dal libro completo

100 ricette italiane originali senza glutine: antipasti, primi, secondi, verdure, pane, pizza, colazione e dolci — con guide alle farine e alle etichette.

3. FARINATA DI CECI ALLA GENOVESE

Facile | 20 min + 4 ore riposo | 4 persone

La farinata ligure: croccante ai bordi, morbida al centro. Naturalmente senza glutine.

Ingredienti

- 150 g farina di ceci (certificata)
- 450 ml acqua
- 4 cucchiaini olio extravergine
- Sale, rosmarino, pepe

Procedimento

1. Acqua+farina+sale+2 cucchiaini olio. Riposare 4 ore, eliminare schiuma.
2. Forno 230°C con teglia ferro rovente. Versare olio, poi impasto (5 mm).
3. Cuocere 12-15 min + 2 min grill. Cospargere rosmarino e pepe. Servire subito.

Tip: La teglia di ferro è fondamentale per la crosticina.

14. RISOTTO ALLA MILANESE

Media | 45 min | 4 persone

Il risotto è naturalmente senza glutine — usare brodo certificato.

Ingredienti

- 320 g riso carnaroli
- 1 l brodo di carne (certificato)
- 80 g burro
- 0,3 g zafferano
- 60 g parmigiano

Procedimento

1. Cipolla soffritto 10 min. Tostare riso 2 min, sfumare con vino.
2. Brodo caldo mestolo per mestolo, 18-20 min. Zafferano a metà cottura.
3. Mantecare con burro e parmigiano. Riposare 2 min.

Abbinamento vino: Barolo o Barbaresco.

89. TORTA CAPRESE AL CIOCCOLATO

Facile | 50 min | 10 fette

Il dolce naturalmente senza glutine per eccellenza: solo cioccolato, mandorle, uova.

Ingredienti

- 200 g cioccolato fondente 70% (certificato)
- 200 g burro
- 200 g mandorle pelate
- 200 g zucchero
- 4 uova

Procedimento

1. Tritare mandorle. Sciogliere cioccolato+burro a bagnomaria.
2. Montare uova+zucchero, aggiungere cioccolato, mandorle, vaniglia.
3. Stampo 24 cm con farina di riso. 170°C, 30-35 min. Zucchero a velo.

Abbinamento: Passito di Pantelleria.