

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Ciambella ai canditi e pinoli

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [1 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [40 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La **ciambella ai canditi e pinoli** è un dolce piuttosto particolare, rustico nell'aspetto e nella consistenza ma molto ricco nella sostanza.

Il suo essere rustico è da ricondurre al tipo di farina utilizzata che è semi-integrale. Questo tipo di farina conferisce al dolce quella ruvidità tipica dei dolci integrali.

D'altra parte, però, contiene ingredienti davvero ricchi dai pinoli ai canditi e all'uvetta. Un dolce dalla doppia personalità :)

Una ciambella comunque molto buona da servire per una ricca merenda.

INGREDIENTI

FARINA DI FRUMENTO SEMI INTEGRALE

250 gr

BURRO 100 gr

ZUCCHERO 80 gr

TUORLO D'UOVO 3

ALBUMI 2

UVETTA 2 cucchiaini da tavola

PINOLI 1 cucchiaio da tavola

CANDITI 1 cucchiaio da tavola

SCORZA DI LIMONE 1 cucchiaio da tavola

PANGRATTATO

VANILLINA 1 pizzico

SALE 1 pizzico

PREPARAZIONE

1 Per preparare una ciambella ai canditi e pinoli perfetta dovrete come prima cosa dividere i tuorli dagli albumi.

Abbiatene cura di non far cadere alcun residuo di tuorlo negli albumi altrimenti sarà praticamente impossibile montarli successivamente.

Aggiungete ai tuorli in una ciotola lo zucchero e montate i due ingredienti fino a che il composto non assuma una colorazione giallo pallido e non risulti molto molto soffice e spumoso.

Incorporatevi gli albumi montati a neve, l'uvetta precedentemente lavata, lasciata rinvenire in poca acqua e strizzata, i pinoli, i canditi tritati, un pizzico di sale e uno di vanillina, la scorza di limone grattugiata, il burro fuso ma non caldo.



2 Nel frattempo mettete a bagno l'uvetta nell'acqua così da poterla reidratare.

Montate a neve molto ferma gli albumi con un pizzico di sale che ci sta sempre bene in una torta per esaltare il sapore dolce.

Incorporate gli albumi nel composto di tuorli montati mescolando delicatamente dal basso verso l'alto per non smontare il tutto.

Dovrete ottenere un composto molto soffice e areato.



3 Prendete l'uvetta ammollata, strizzatela molto bene e unitela al composto.

Incorporate anche i pinoli, i canditi tritati, un pizzico di vanillina e la scorza di limone grattugiata.

Fate fondere il burro con il metodo che preferite: nel forno a microonde a bassa potenza altrimenti il burro scoppia nel forno, oppure a bagnomaria.

Fate freddare leggermente il burro fuso e poi incorporatelo al composto mescolando sempre dal basso verso l'alto.



- 4 Non resta che incorporare anche la farina semi integrale. Essendo il composto molto soffice, abbiate cura di aggiungere la farina poca per volta e amalgamando con cura e delicatezza.



- 5 Il composto per la ciambella è pronto, ora dovrete imburrare ed infarinare uno stampo per ciambelle. Nell'infarinare la ciambella abbiate l'accortezza di rimuovere la farina in eccesso battendo leggermente lo stampo, dovrà esserci giusto un velo di farina.

Scaldate il forno a 220°C in modalità statica, quindi infornate il dolce che dovrà cuocere per circa 45 minuti o fino a che non sarà ben dorato e cotto.

Per controllare che il dolce sia effettivamente cotto, inserite uno spiedo di legno nell'impasto, qualora uscisse pulito da briciole o da impasto crudo allora potrete sfornare la ciambella.

Servite il dolce a piacere, una volta freddo, cosparso di zucchero a velo.



CONSIGLIO

La farina semi integrale o integrale non mi piace proprio, posso sostituirla con la farina bianca?

Si, puoi tranquillamente sostituirla.

Ai miei figli non piacciono proprio nè l'uvetta nè i canditi, posso sostituire con delle gocce di cioccolato?

Sicuramente si! Semmai sostituisci l'aroma della scorza di limone con della vanillina aggiuntiva. Ti consiglio, per un risultato ancora più goloso, al posto delle gocce di cioccolato, di inserire nell'impasto, via via che lo coli, dei cucchiaini di marmellata.