

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Sally Lunn

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



E' un cake semidolce, inglese, che a quanto si dice prende il nome da un'amabile e abile fornaia che lo preparava, a Bath, attorno alla fine del '700. Ha un sapore tutto particolare ed è perfetto per la prima colazione, il brunch, la merenda. Lo si può offrire anche con burro e miele ma è perfetto anche da solo. Dopo un paio di giorni, se ne rimane, provate a tostarlo leggermente: magnifico. Posso dire che i ragazzini ne vanno matti. Ma non solo loro: quando lo faccio devo triplicare le dosi qui date.

INGREDIENTI

250 g di farina bianca
20 g di lievito di birra
50 g di miele (consiglio un millefiori)
2 uova piccole
3 cucchiaini di olio evo
110 g di latte intero tiepido
1 cucchiaino raso di sale
burro per lo stampo.

PREPARAZIONE

1 Sbriciolate il lievito in una ciotola, unite il miele e mescolate. In pochi secondi il lievito sarà perfettamente liquido.

Imburrate uno stampo da plumcake di 28 cm, (o due da 20 cm), o uno stampo ad anello di 20 cm di diametro.

In una terrina versate la farina, unite le uova leggermente battute a parte, l'olio, il miscuglio lievito/miele. Amalgamate gli ingredienti: otterrete una pastella. Con le frustine elettriche battetela bene per almeno 5-6 minuti.

Versate il composto nello stampo, o stampi, badando di non riempirli per più di un terzo: Sally Lunn cresce molto. (Se dovesse avanzarne un pochino versatelo in uno stampino a parte: infornatelo con /i fratello/i maggiori e ritiratelo dopo 15-20 minuti.)

Fate lievitare, sotto un telo e in luogo riparato, per circa 25 minuti.

Cottura: Mettete Sally Lunn nel forno appena acceso, e quindi ancora freddo, con il termostato regolato sui 180°C. Sfornate dopo 30 minuti.

Lo si può consumare ancora caldo, oppure completamente raffreddato.