

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Bark al cioccolato e frutta secca

DOSI PER: 8 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 5 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + IL TEMPO DI RIPOSO IN FRIGORIFERO (1 ORA)



Il bark al cioccolato e frutta secca è diventato il protagonista indiscusso dei social durante le festività, e non è difficile capire perché: è bello, è buono ed è la tela bianca perfetta per esprimere la tua creatività in cucina. Si tratta di una sottile lastra di cioccolato temperato (o semplicemente fuso) decorata con una cascata di frutta secca, bacche disidratate e, se vuoi osare, persino petali di fiori eduli. È il regalo home made per eccellenza, da impacchettare in carta trasparente e regalare ad amici e parenti come raffinato pensiero natalizio.

Se ami i regali fatti in casa, puoi affiancare al bark

dei vasetti di burro di anacardi e cocco o dei golosi bocconcini di fichi. È un dessert che non stanca mai e che può chiudere in bellezza una cena invernale, magari dopo aver gustato un risotto al telefono o un ricco filetto di maiale ai fichi. La bellezza del bark sta proprio nella sua irregolarità: ogni pezzo è diverso, unico e capace di trasmettere tutto il calore di una preparazione fatta a mano con cura e passione.

INGREDIENTI PER IL BARK AL CIOCCOLATO E FRUTTA SECCA

CIOCCOLATO FONDENTE AL 70% 300 gr

CIOCCOLATO BIANCO 150 gr

NOCCIOLE TOSTATE 40 gr

PISTACCHI SGUSCIATI non salati - 40 gr

MIRTILLI ROSSI disidratati - 30 gr

GHERIGLI DI NOCE 30 gr

FIOCCHI DI SALE 1 pizzico

PREPARAZIONE DEL BARK AL CIOCCOLATO E FRUTTA SECCA

- 1 Trita finemente il cioccolato fondente e il cioccolato bianco disponendoli in due ciotole separate. Sciogli il cioccolato fondente a bagnomaria oppure nel microonde azionandolo a intervalli di 30 secondi e mescolando ogni volta. Ripeti la stessa operazione per il cioccolato bianco.
- 2 Fodera la teglia con il foglio di carta forno in modo da coprire bene la base. Versa il cioccolato fondente fuso sulla carta forno e stendilo con la spatola fino a formare un rettangolo omogeneo con uno spessore di circa mezzo centimetro. Distribuisci il cioccolato bianco fuso sopra la base di cioccolato fondente colandolo a macchie o a strisce casuali.
- 3 Passa delicatamente la punta dello stuzzicadenti attraverso i due cioccolati creando dei movimenti a spirale per ottenere l'effetto marmorizzato. Decora subito la superficie affondando leggermente le nocciole, i pistacchi, i mirtilli disidratati e le noci nel cioccolato ancora morbido. Spolverizza con un pizzico di sale in fiocchi per esaltare il contrasto tra il dolce e la frutta secca.

Lascia solidificare il tutto a temperatura ambiente in un luogo fresco per circa 1 ora, oppure in frigorifero per circa 30 minuti se hai poco tempo. Spezza la lastra ormai dura con le mani, ottenendo frammenti irregolari e scenografici pronti da servire o regalare.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: la ricetta è naturalmente priva di glutine; assicurati solo che il cioccolato utilizzato sia certificato e che la frutta secca non sia contaminata.

Versione senza lattosio: utilizza un cioccolato fondente di ottima qualità (almeno al 70%) che per natura non contiene latte, rendendo il dessert adatto anche agli intolleranti.

Versione light: scegli un cioccolato fondente extra amaro e guarnisci con frutta essicata naturalmente, evitando canditi o zuccheri aggiunti.

L'idea vegetariana/vegana: la ricetta è vegana per natura se usi cioccolato fondente senza latte. Puoi arricchirlo con semi di zucca e bacche di goji per un tocco salutista

L'idea WOW: aggiungi un pizzico di sale Maldon o di fior di sale sulla superficie del cioccolato fuso: il contrasto sapido renderà il tuo bark al cioccolato e frutta secca una vera delizia gourmet.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: non avere fretta! Dopo aver sciolto il cioccolato e averlo steso sulla teglia, lascialo riposare a temperatura ambiente o in un luogo fresco finché non si è solidificato naturalmente. Se lo metti subito in frigorifero, la superficie potrebbe diventare opaca o formare una patina bianca.

Lo sfizio in più: prima di far solidificare il cioccolato, usa uno stuzzicadenti per creare delle venature con cioccolato bianco fuso, creando un effetto marmorizzato molto professionale.

L'idea per i bambini: usa cioccolato al latte e decora con smarties, pezzetti di biscotto sbriciolato o caramelle gommose a forma di stellina: sarà la loro merenda preferita!

Idea antispreco: ti sono avanzate piccole dosi di frutta secca diversa (mandorle, noci, pistacchi, nocciole) o un po' di cioccolato delle uova di Pasqua? Questa è la ricetta perfetta per svuotare le dispense e trasformare gli avanzi in regali pregiati.

CONSERVAZIONE

Il bark al cioccolato si conserva in un luogo fresco e asciutto, lontano da fonti di calore, all'interno di una scatola di latta o un sacchetto per alimenti per circa 3-4 settimane. Evita il frigorifero se possibile, perché l'umidità potrebbe rovinare la brillantezza del cioccolato.