

ANTIPASTI E SNACK

Crostini con uva e caprino

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



I **crostini con uva e caprino** rappresentano la sintesi perfetta della cucina che stupisce con semplicità. In questa preparazione, la nota acidula e burrosa del formaggio caprino incontra l'esplosione succosa degli acini di uva nera e rosata, il tutto impreziosito dalla nota aromatica del timo e dalla croccantezza delle noci.

È la scelta ideale per aprire una cena tra amici o per arricchire un buffet ricercato, magari accanto a una scenografica [crostata salata](#) o a degli eleganti [crostini estivi](#). Se ami gli accostamenti tra frutta e formaggio, questi crostini ti ricorderanno la delicatezza degli [involtini di zucchine e caprino](#) o il carattere dei [fichi ripieni di gorgonzola](#). Preparare i

crostini con uva e caprino è un gesto di pura creatività culinaria che richiede solo pochi minuti e ingredienti di primissima scelta. Il tocco finale di miele e timo fresco trasformerà una semplice fetta di pane in un'esperienza gourmet, proprio come accade con le [bruschette mousse e melograno](#) che tanto piacciono ai nostri lettori.

INGREDIENTI PER I CROSTINI CON UVA E CAPRINO

BAGUETTE 1

CAPRINO 200 gr

UVA NERA uva fragola o uva da tavola
dolce - 200 gr

MIELE DI ACACIA o di castagno - 2

cucchiaini da tavola

TIMO 2 rametti

GHERIGLI DI NOCE 30 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE DEI CROSTINI CON UVA E CAPRINO

- 1 Preriscalda il forno a 190°C in modalità statica e rivesti una teglia con un foglio di carta da forno. Taglia il pane a fette spesse circa 1,5 cm, disponile sulla teglia, spennellale con un filo d'olio extravergine d'oliva e tostate in forno per 6-8 minuti, finché non saranno dorate e croccanti. Lava accuratamente l'uva, asciugala bene, taglia ciascun acino a metà ed elimina gli eventuali vinaccioli interni.
- 2 Versa il caprino fresco in una ciotola, aggiungi un pizzico di sale, una spolverata di pepe nero e le foglioline di un rametto di timo; lavora il tutto con un cucchiaino fino a ottenere una crema omogenea e spalmabile. Spalma un generoso strato di crema di caprino su ciascuna fetta di pane ancora calda.
- 3 Distribuisci gli acini d'uva sopra il caprino, premendoli leggermente per farli aderire.

Completa aggiungendo a filo il miele, le foglioline di timo rimaste ed eventualmente i gherigli di noce sminuzzati per un tocco croccante prima di servire.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: utilizza fette di pane certificato senza glutine o delle gallette di grano saraceno tostate per una base croccante e sicura.

Versione senza lattosio: sostituisci il caprino classico con un caprino certificato senza lattosio o con uno spalmabile vegetale a base di anacardi.

Versione light: utilizza pane integrale ricco di fibre e sostituisci il caprino con della ricotta vaccina magra setacciata, mantenendo invariata la dose di uva e noci.

L'idea vegetariana/vegana: il piatto è già vegetariano. Per la versione vegana, crea una mousse con tofu vellutato, limone e un pizzico di lievito alimentare per richiamare il sapore del formaggio.

L'idea WOW: passa gli acini d'uva in forno a 200°C per 5 minuti con un filo d'olio e sale prima di adagiarli sul formaggio: l'uva leggermente caramellata renderà i tuoi crostini con uva e caprino indimenticabili.

CONSIGLIO

Trucco per una riuscita sicura: lavora il caprino in una ciotolina con un goccio d'olio e un pizzico di pepe prima di spalmarlo. Questo lo renderà una crema setosa che aderirà perfettamente al pane senza farlo rompere.

Lo sfizio in più: tosta i gherigli di noci in padella per un paio di minuti prima di sbriciolarli; il calore sprigionerà gli oli essenziali rendendo il crostino ancora più profumato.

L'idea per i bambini: taglia gli acini d'uva a metà e toglili i semi se presenti; usa un pane morbido tipo pan brioche per rendere il boccone più facile da masticare, magari accompagnando il tutto con delle [ciambelline di patate e formaggio](#).

Idea antispreco: se il pane è troppo duro, spennellalo con un po' di acqua e miele prima di tostarlo in forno: tornerà fragrante e accoglierà meglio la dolcezza dell'uva, seguendo la filosofia che usiamo per i [pomodori Confit Espressi fatti in padella](#).

CONSERVAZIONE

I crostini con uva e caprino vanno consumati immediatamente dopo la preparazione. Il pane tostato tende a perdere croccantezza a contatto con l'umidità del formaggio e il succo dell'uva. Puoi però preparare la crema di caprino e lavare l'uva con qualche ora di anticipo, assemblando il tutto solo al momento di servire.