

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Dolcetti con amaranto soffiato

di: *Barbara Benetti*

DOSI PER: 20 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 2 min COSTO:
basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: difficile



INGREDIENTI

CIOCCOLATO FONDENTE 75 gr

LATTE 40 ml

OLIO DI SEMI DI GIRASOLE 10 ml

AMARANTO SOFFIATO 50 gr

I dolcetti con amaranto soffiato sono velocissimi da preparare e sono ottimi in ogni momento della giornata. Essendo monoporzione sono perfetti anche da servire in un buffet e nelle feste dei bambini. Se siete intolleranti al latte potete sostituirlo con una bevanda vegetale ad esempio con una bevanda alla soia, alla mandorla, al cocco, al riso insomma potete scegliere quella che più preferite.

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare i dolcetti con amaranto soffiato trita il cioccolato a piccoli pezzi, versalo in una ciotola ed aggiungi il latte e l'olio di semi di girasole. Ora fai sciogliere il cioccolato a bagnomaria o in microonde a 750W per 2 minuti.





2 Quando il cioccolato sarà sciolto mescola con un cucchiaio fino ad ottenere un composto liscio ed omogeneo. Unisci ora l'amaranto soffiato e mescola bene fino a che tutto l'amaranto soffiato sarà rivestito di cioccolato. Metti la ciotola in frigorifero per 10 minuti.





- 3 Con le mani leggermente umide, prendi una noce di composto, compattala lavorandola velocemente, per formare una pallina, e mettila nel pirottino. Prosegui in questo modo fino a terminare l'amaranto. Quando avrai preparato tutti i dolcetti con amaranto soffiato mettili nuovamente in frigorifero e lascia riposare per almeno 2 ore prima di servirli.

