

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Ghiaccioli al cioccolato e latte

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COSTO: molto basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + *IL RIPOSO IN CONGELATORE 6-8 ORE*



I ghiaccioli al cioccolato e latte sono la soluzione magica per le calde merende pomeridiane: i bimbi e i grandi non resisteranno alla golosità del cioccolato e alla genuinità del latte fresco. Questa ricetta è pensata per chi cerca un'alternativa sana ai prodotti industriali, utilizzando solo tre ingredienti che sicuramente hai già in cucina. La loro consistenza, a metà tra un ghiacciolo e un sorbetto, conquista al primo morso e regala un momento di refrigerio immediato.

Per rendere il tuo pomeriggio ancora più speciale, potresti accompagnarli a dei fragranti [american cookies](#) o servire come alternativa i nostri freschi [ghiaccioli detox zenzero e limone](#)

. Se ami le preparazioni veloci dedicate ai più piccoli, non perderti anche la versione dei Jolly Pong Latte o lasciati ispirare dalla cremosità di questa mousse di cioccolato all'acqua. Preparare i ghiaccioli al cioccolato e latte è semplicissimo: basta una veloce mescolata e qualche ora di riposo in freezer per ottenere uno snack che mette d'accordo gusto e salute.

INGREDIENTI PER I GHIACCIOLI AL CIOCCOLATO E LATTE

LATTE INTERO 400 ml

CIOCCOLATO FONDENTE tritato

finemente - 150 gr

ZUCCHERO 3 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Trita finemente il cioccolato fondente con un coltello o un tritatutto. In un pentolino antiaderente, unisci il latte fresco, lo zucchero e il cioccolato tritato. Metti il pentolino su fuoco medio-basso e, mescolando continuamente con una frusta a mano, porta la miscela a sfiorare il bollore, assicurandoti che il cioccolato e lo zucchero si siano completamente sciolti.
- 2 Togli dal fuoco e lascia raffreddare la crema per qualche minuto. Versa la crema ancora calda in una caraffa con beccuccio per facilitare il versamento. Riempi con cura i quattro scomparti dello stampo per ghiaccioli in silicone azzurro fino al livello segnato, facendo attenzione a non lasciare traboccare. Inserisci i bastoncini di legno attraverso le apposite fessure nel coperchio e posiziona il coperchio traslucido sopra lo stampo.
- 3 Posiziona lo stampo pieno nel congelatore e lascialo congelare per almeno 6-8 ore, o meglio, tutta la notte, fino a quando i ghiaccioli non saranno ben solidi. Quando sei pronto per servire, estrai lo stampo dal congelatore. Sgancia delicatamente i ghiaccioli finiti dallo stampo in silicone sollevando la parte azzurra e spingendo leggermente dal basso.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: la ricetta è naturalmente priva di glutine; assicurati solo che il cioccolato utilizzato siano certificati senza contaminazioni.

Versione senza lattosio: sostituisci il latte vaccino con una bevanda vegetale di soia, avena o cocco per un risultato leggero e digeribile.

Versione light: utilizza latte parzialmente scremato, cacao amaro e sostituisci lo zucchero con un cucchiaino di miele d'acacia o della stevia.

L'idea vegetariana/vegana: utilizza latte di mandorla e sciroppo d'acero per dolcificare: otterrai dei ghiaccioli 100% vegetali dal profumo irresistibile.

L'idea WOW: aggiungi una manciata di gocce di cioccolato fondente all'interno dello stampino prima di congelare per un effetto "stracciatella" croccante a ogni morso.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: per evitare che il cioccolato formi grumi, scioglilo prima in pochissimo latte caldo creando una pastella densa, poi aggiungi il resto del latte a filo mescolando bene. Questo garantirà ghiaccioli al cioccolato e latte perfettamente lisci.

Lo sfizio in più: aggiungi un pizzico di vaniglia o di cannella alla miscela per dare un tocco aromatico che esalti il sapore del cioccolato.

L'idea per i bambini: usa stampini dalle forme divertenti (animaletti, stelle o cuori) e inserite degli stecchi colorati: la merenda diventerà un gioco divertentissimo.

Idea antispreco: hai delle uova di cioccolato avanzate da Pasqua o una tavoletta aperta da tempo?

Scioglile a bagnomaria e usale al posto del cioccolato in tavoletta: è il modo perfetto per svuotare la dispensa!

CONSERVAZIONE

I ghiaccioli al cioccolato e latte si conservano perfettamente in freezer per circa 1-2 mesi all'interno dei loro stampini. Una volta pronti, puoi anche estrarli e chiuderli in sacchetti gelo per guadagnare spazio e proteggerli dagli odori degli altri alimenti.