

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Ghiaccioli cremosi panna e fragole

DOSI PER: 6 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COSTO: molto basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Quando il caldo estivo si fa sentire, la voglia di un dessert rinfrescante diventa irrefrenabile. Spesso, però, preparare gelati in casa senza gli strumenti adeguati porta a risultati troppo duri o eccessivamente acquosi, veri e propri blocchi di ghiaccio difficili da addentare. La soluzione per un dolce freddo che mantenga una consistenza morbida e avvolgente è la ricetta dei **Ghiaccioli cremosi panna e fragole**. Questa preparazione è un trionfo di semplicità, che unisce la naturale dolcezza della frutta alla ricchezza vellutata della panna fresca.

Naturalmente, il mondo dei dolci freddi offre moltissime opzioni. Se sei alla ricerca di un classico intramontabile e scenografico, la [panna cotta alla fragola](#)

o una golosa [cheesecake fredda alle fragole senza cottura](#) faranno felici tutti gli ospiti. Chi preferisce usare il cucchiaino amerà un buon [gelato alla fragola](#) oppure la morbidezza di un [gelato allo yogurt](#).

Se la leggerezza è la tua priorità, rinfrescati con una semplice ma deliziosa [macedonia di fragole](#) o con dei purificanti [ghiaccioli detox zenzero e limone](#). Infine, per tante altre idee brillanti, ecco [5 dolci estivi con la frutta freschi, cremosi e veloci da fare in casa](#). Preparare questi stecchi cremosi sarà un gioco da ragazzi e il risultato ti conquisterà al primo morso.

INGREDIENTI PER I GHIACCIOLI

CREMOSI PANNA E FRAGOLE

FRAGOLE FRESCHE 300 gr

PANNA FRESCA LIQUIDA non zuccherata -
200 gr

ZUCCHERO A VELO 60 gr

SUCCO DI LIMONE 1 cucchiaino da tavola

PREPARA I GHIACCIOLI CREMOSI PANNA E FRAGOLE

1 Lava accuratamente le fragole sotto l'acqua corrente, asciugale con delicatezza usando carta assorbente e rimuovi il picciolo verde. Tagliale a pezzetti.

Metti le fragole nel bicchiere del frullatore, aggiungi il succo di limone e metà dello zucchero a velo (30 g).

Frulla il tutto fino a ottenere una purea liscia e omogenea. Se preferisci un ghiacciolo con dei pezzettini di frutta all'interno, frulla meno finemente oppure tieni da parte qualche cubetto di fragola intero.

2 **Versa** la panna fresca molto fredda in una ciotola, aggiungi il restante zucchero a velo (30 g) e montala leggermente con le fruste. Non deve essere ferma, basta che diventi semi-montata e cremosa.

Unisci la purea di fragole alla panna. **Mescola** delicatamente dal basso verso l'alto con una spatola, lasciando se vuoi un effetto marmorizzato (senza amalgamare del tutto i colori) per renderli più belli visivamente.

3 **Riempi** gli stampini per ghiaccioli con il composto cremoso, lasciando qualche millimetro dal bordo perché il volume aumenterà leggermente ghiacciando.

Inserisci gli stecchini di legno e riponi gli stampini in freezer per almeno 4-6 ore (meglio se tutta la notte).

Al momento di gustarli, **passa** velocemente la base degli stampini sotto l'acqua tiepida per sformare i tuoi ghiaccioli senza fatica.

IDEE ALTERNATIVE

Versione Light: Se vuoi ridurre le calorie mantenendo una bella cremosità, puoi sostituire la panna fresca con dello yogurt greco bianco o alla vaniglia.

Versione Vegana e Senza Lattosio: Sostituisci la panna vaccina con una panna vegetale da montare (come quella di soia o di riso).

L'idea WOW: Una volta tolti gli stecchi dal freezer, immergili per metà in una tazza di cioccolato fondente fuso. Il contrasto di temperature creerà istantaneamente un guscio croccante irresistibile!

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per la riuscita sicura: Il segreto è non montare troppo la panna: deve rimanere semi-montata e cremosa, non a neve ferma. Inoltre, quando la unisci alla purea, mescola delicatamente lasciando un effetto marmorizzato per un risultato esteticamente bellissimo. Al momento di sformarli, passa velocemente la base degli stampini sotto l'acqua tiepida per estrarli senza fatica.

Lo sfizio in più: Se ti piace masticare dei pezzettini di frutta fresca all'interno del gelato, frulla la purea meno finemente oppure tieni da parte qualche cubetto di fragola intero e uniscilo al composto finale. L'idea per i bambini: Scegli degli stampini in silicone con forme divertenti (animaletti, stelline). I più piccoli impazziranno per questa sana merenda!

Idea antispreco: Questa è la ricetta ideale per recuperare le fragole un po' troppo mature o ammaccate che nessuno vuole più mangiare crude; frullandole con succo di limone e zucchero a velo, si trasformeranno in una purea liscia e omogenea dolcissima e perfetta per la base.

CONSERVAZIONE

Il composto va inserito negli stampini lasciando qualche millimetro dal bordo, poiché il volume aumenterà leggermente ghiacciando. Riponi in freezer per almeno 4-6 ore, ma per un risultato ottimale l'ideale è lasciarli tutta la notte. Si conservano perfettamente nel congelatore all'interno degli stampini anche per un paio di mesi.