

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Mendiants al cioccolato e frutta secca

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 5 min COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + IL TEMPO DI RIPOSO (30 MINUTI)



I mendiants al cioccolato e frutta secca sono una delle tradizioni dolciarie più affascinanti della pasticceria francese delle feste. Si tratta di eleganti medaglioni di cioccolato fuso sormontati da frutta secca e disidratata disposta ad arte, che una volta rappresi diventano croccanti, lucidi e splendidi da vedere. Se hai poco tempo ma desideri confezionare doni curati nei minimi dettagli, questi cioccolatini sono imbattibili, soprattutto se inseriti in sacchetti trasparenti chiusi da un cordoncino dorato.

Per comporre un cesto natalizio ricco e variegato, puoi affiancare questi medaglioni alle scaglie

rustiche del [croccante alle nocciole](#) o alternarli ai candidi [tartufini palle di neve](#). Sono deliziosi da gustare a fine pasto insieme a un bicchierino di [bombardino](#) o accanto a una selezione di [cookies](#). Se ami i regali gastronomici, puoi abbinarli a un pacchetto di [biscotti al limone](#) o a un goloso [biscotto salato](#). Preparare i mendiants al cioccolato e frutta secca è un'attività rilassante e divertente: bastano dieci minuti e ingredienti di prima scelta per ottenere un risultato che sembra uscito da una confetteria d'altri tempi.

INGREDIENTI PER I MENDIANTS AL CIOCCOLATO E FRUTTA SECCA

CIOCCOLATO FONDENTE 200 gr

GHERIGLI DI NOCI 30 gr

MANDORLE TOSTATE E PELATE 30 gr

NOCCIOLE PELATE E TOSTATE 30 gr

PISTACCHI SGUSCIATI non salati - 30 gr

MIRTILLI ROSSI disidratati - 30 gr

SALE IN FIOCCHI 1 pizzico

PREPARAZIONE DEI MENDIANTS AL CIOCCOLATO E FRUTTA SECCA

- 1 Trita grossolanamente al coltello le noci, le mandorle e le nocciole su un tagliere, lasciando invece interi i pistacchi e i mirtilli disidratati (o i fichi secchi). Riduci il cioccolato in pezzetti piccoli e uniformi per permettergli di sciogliersi senza bruciare. Metti il cioccolato in una ciotola e scioglilo a bagnomaria a fuoco dolce, mescolando delicatamente con la spatola in silicone. In alternativa, scalda il cioccolato nel microonde a intervalli di 30 secondi, mescolando ogni volta finché non risulta completamente fluido e lucido.

2 Preleva un cucchiaino pieno di cioccolato fuso e versalo sulla carta da forno. Usa il dorso del cucchiaino con un leggero movimento circolare per allargare il cioccolato e creare un dischetto regolare di circa 4-5 cm di diametro. Ripeti l'operazione fino a esaurire tutto il cioccolato, mantenendo un paio di centimetri di distanza tra un dischetto e l'altro. Prima che il cioccolato si solidifichi, decora subito ogni dischetto disponendo sulla superficie un pezzetto di noce, una mandorla, un pistacchio, qualche nocciola e qualche mirtillo rosso (o i fichi secchi). Premi molto leggermente ogni pezzo per farlo aderire bene al cioccolato ancora liquido. Se ti piace, aggiungi qualche fiocco di sale in superficie per contrasto.

3 Lascia raffreddare i tuoi mendiants a temperatura ambiente in un luogo fresco e asciutto per circa 30-40 minuti, finché il cioccolato non sarà tornato completamente solido (se hai fretta, puoi riporre il vassoio in frigorifero per circa 15 minuti). Stacca delicatamente i dischetti dalla carta da forno sollevandoli dal basso. Sistema i mendiants all'interno dei sacchetti regalo trasparenti, sovrapponendoli delicatamente, e chiudi ogni pacchetto con un bel nastro decorativo.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: la ricetta è naturalmente priva di glutine; assicurati solo che il cioccolato sia certificato e che la frutta essiccata non sia stata infarinata.

Versione senza lattosio: utilizza un cioccolato fondente puro al 70%, naturalmente privo di latte o derivati.

Versione light: scegli cioccolato fondente all'85% e abbonda con mandorle tostate e semi di zucca, limitando la frutta zuccherina come fichi o canditi.

L'idea vegetariana/vegana: la versione con cioccolato fondente è già vegana al 100%. Puoi arricchirla con mirtilli rossi e scaglie di cocco disidratato.

L'idea WOW: crea medaglioni a base di cioccolato bianco o ruby e decora con lamponi liofilizzati, pistacchi verdi di Bronte e qualche petalo di rosa edule per un effetto gioiello favoloso.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: aggiungi la frutta secca quando il cioccolato è ancora lucido e fluido, ma non caldissimo. Se aspetti troppo, la superficie formerà una pellicola e gli ingredienti non aderiranno; se il cioccolato è bollente, la frutta tenderà ad affondare.

Lo sfizio in più: aggiungi un singolo cristallo di fior di sale o sale Maldon al centro di ogni disco fondente: la sapidità a contrasto esalterà il cacao in modo spettacolare.

L'idea per i bambini: realizza i mendiants con cioccolato al latte e decorali con lenticchie di cioccolato colorate, granella di biscotto o mini marshmallow.

Idea antispreco: raccogli i fondi di confezioni di frutta secca mista, uvetta, canditi o noci rimaste da altre ricette: qui ogni pezzetto trova il suo posto d'onore. Anche il cioccolato avanzato sul fondo della ciotola può essere ripulito con poco latte caldo per una bevanda profumata.

CONSERVAZIONE

I mendiants al cioccolato e frutta secca si conservano perfettamente per circa 3-4 settimane riposti in una scatola di latta o in barattoli di vetro, in un luogo fresco e asciutto (tra i 15°C e i 18°C). Evita di conservarli in frigorifero, altrimenti l'umidità farà affiorare il burro di cacao creando antiestetiche macchie biancastre.