

Torta di mele o pere con ricotta

500 g di ricotta low fat

200 ml di panna fresca

3-4 Mele o pere

150 g di zucchero semolato

2 uova grandi

100 g di farina di mais

1 cucchiaino di lievito per dolce in polvere

½ Scorza e succo di limone

½ tazza di noci

Tagliare le mele a fettine molto sottili. Aggiungi le fette di mela nel succo di limone. Lasciatele da parte.

In una ciotola capiente, mescola la ricotta e la panna con una frusta fino ad ottenere un composto omogeneo.

Aggiungi lo zucchero e mescola di nuovo.

Aggiungi le uova una alla volta mescolando bene.

Mescolare la farina di mais, il lievito e la scorza grattugiata del limone.

Assicurati di avere una miscela liscia. Metti le mele a fette nella miscela di ricotta e mescola bene.

Metti il composto in una teglia da 22 cm di diametro, rivestita con carta da forno. Liscia la parte superiore della torta. Fai un bordo di noci attorno al bordo. Cuocere la torta in forno preriscaldato a 180 ° C per 45 minuti. Controlla il centro con uno spiedino per assicurarti che la torta sia cotta.

Raffreddare completamente la torta prima di servire e spolverare con zucchero a velo.

BECCAFICO CON COORONG MULLET (SARDE A BECCAFICO)

Sardines Stuffed with Raisins and Pinenuts – Sicilia

Il nome di questa ricetta deriva proprio dai beccafico, degli uccellini che anticamente venivano consumati soltanto dai nobili. Allora il popolo preparò un piatto simile, ma con quello che aveva a disposizione, come melanzane, carne or pesce. Il connubio di miscela agro dolce ci parla dell'eredità che gli arabi lasciarono in Sicilia.

500 g sarde o garfish, mullet già pulite

alloro q.b.

1 cipolla rossa tagliata a spicchi

spiedini di legno

Ripieno

1/2 tazza uvetta

1/2 tazza pinoli

3 cucchiai pangrattato

2 spicchi aglio, tritate fine

3 acciughe, tritate

limone, scorza grattugiata e zucca

olio extravergine d'oliva

Assicuratevi che le vostre pesce siano già pulite bene.

Passate quindi a preparare il ripieno,.

Mettete a mollo l'uvetta in acqua fredda per una decina di minuti. Scolata e strizzata l'uvetta.

Versate un filo d'olio in una ciotola

Mescolate tutto gli ingrediente franne le pesce. Aggiungete olio finche non diventa una ripiena morbide.

Ungete poi una pirofila 20 x20 e passate a farcire le pesce.

Sistamate un po' pi ripieno su ciascuna pesce e arrotolatela partendo dalla parte della testa. In modo da formare un involtino.

Infilate una foglia di alloro in uno spiedino, quindi aggiungete uno strato di cipolla. Aggiungete il pesce arrotolato, quindi un'altra fetta di cipolla e finite con una foglia di alloro.

Continuate fino a quando tutto il pesce vengano infilato in questo modo su spiedini.

Metetele nel pirofila. Cuocetele a 180C per 7-8 minuti.

Quindi sfornatele and servitele.