



PANNACOTTA CON MIRTILLI, COMPOSTA DI PRUGNE E CANNELLA



Tempo
45 min



Per
6 persone

Assunzione Giornaliera di Calcio Consigliata 13%

Calorie
500

Calcio
99 mg

Proteine
11g

Vitamina D
0 IU

Ingredienti

- 3 fogli di gelatina bianca
- 1 baccello di vaniglia
- 500 g di panna da montare 70 g di zucchero
- 4 cucchiaini di sciroppo d'acero
- 2 cucchiaini rasi di maizena (amido di mais)
- 200 ml di succo di ribes nero
- 250 g di mirtilli
- 100 g di prugne SUNSWEET®
- 1 pizzico di cannella
- 80 g di gherigli di noce

Istruzioni

1. Metti la gelatina in ammollo in acqua fredda. Incidi il baccello di vaniglia per il lungo, preleva i semi e falli sobbollire insieme al baccello nella panna per circa 15 minuti. Unisci 30 g di zucchero e 2 cucchiaini di sciroppo d'acero, poi rimuovi il baccello di vaniglia. Strizza la gelatina ammollata e aggiungila alla panna, mescolando finché non si scioglie completamente. Versa il composto in 6 stampini sciacquati con acqua fredda e lascia raffreddare in frigorifero per almeno 3 ore.
2. Mescola la maizena con 2 cucchiaini di succo freddo per ottenere una pastella liscia; porta a ebollizione il succo rimanente insieme allo sciroppo d'acero rimasto, aggiungi la pastella di maizena e riporta a ebollizione. Lava i mirtilli e aggiungili subito al succo, scaldala brevemente poi togli dal fuoco e unisci le prugne. Lascia raffreddare e aggiungi cannella a piacere.
3. Cospargi lo zucchero rimasto in una padella calda, attendi che si sciolga e caramelli. Aggiungi le noci e mescola, poi distribuisci il composto su una teglia rivestita di carta forno per farlo raffreddare. Una volta freddo, tritalo grossolanamente.
4. Immergi brevemente gli stampini in acqua calda per sformare la panna cotta. Servi con la composta di mirtilli e prugne e le noci caramellate.

Suggerimento: invece dei mirtilli, puoi usare ribes rossi o ciliegie.