

Ricette con le farine di Javara

Brownie alla banana

Ingredienti

100 gr di olio di semi, 75 gr di cioccolato fondente, 100 gr di zucchero di cocco, 1 pizzico di vaniglia in polvere, 20 gr di acqua, 2 uova, 50 gr di farina di banana, 50 gr di farina di riso, 15 gr di cacao in polvere, 20 gr di anacardi tagliati a pezzetti e tostati, lievito per dolci.

Procedimento

Sciogliere il cioccolato con olio, zucchero e acqua.

Appena il cioccolato sciolto si è raffreddato, aggiungere le uova.

Aggiungere tutti gli ingredienti rimasti e conservare un po' di anacardi per decorare.

Ungere una teglia per brownie con un po' d'olio e versarvi il composto appena ottenuto.

Infornare a 175°, in forno preriscaldato, per circa 30 minuti.

Sfornare e decorare con gli anacardi tenuti da parte.

Cup cake alla patata viola

Ingredienti

$\frac{3}{4}$ di tazza da caffè di olio di semi, $\frac{1}{4}$ di tazza da caffè di zucchero di cocco, 2 tazze da caffè di anacardi tostati, 4 uova, $\frac{3}{4}$ di tazza da caffè di miele, $\frac{3}{4}$ di tazza da caffè di latte, 1 tazza da caffè di farina di patata viola, 1 cucchiaino di gelatina, 1 pizzico di sale, lievito per dolci.

Procedimento

Preriscaldare il forno a 350°.

In una ciotola, lavorare lo zucchero di cocco con un cucchiaino di legno, per circa 3 minuti, affinché non diventi leggero e soffice. Aggiungervi gli anacardi e mescolare.

Aggiungere le uova e l'olio e amalgamare bene tutti questi ingredienti.

In una ciotola a parte, amalgamare bene la farina, la gelatina ed il sale e poi aggiungere il miele ed il latte a cui in precedenza è stato fatto sciogliere il lievito per dolci. Mescolare bene tutti gli ingredienti. Per fare in modo che tutti gli ingredienti siano perfettamente amalgamati, utilizzare una terza ciotola nella quale, si versano una parte degli ingredienti della prima ciotola ed una parte della seconda; mescolare bene ed aggiungervi ancora una parte della prima ciotola ed una stessa quantità della seconda, sempre mescolando bene, e ripetere questo procedimento, fino ad esaurimento dei composti di entrambe le ciotole.

Riempire delle formine da cup cake per $\frac{2}{3}$, con il composto appena ottenuto ed infornarle per circa 22-25 minuti.

Brownie con farina di Sorgo

Ingredienti

200 gr di Zucchero di Cocco, 145 gr di Farina di Sorgo, 60 gr di Farina di manioca, 60 gr di Cacao in polvere non zuccherato, 5 gr di sale, 20 gr di semi di Chia, 155 gr di olio, 3 uova, 60 gr di acqua, lievito per dolci

Per la copertura:

100 gr di Cioccolato zuccherato, 100 gr di panna, 10 gr di burro

Procedimento

Immergere i semi di Chia in acqua per circa 30 minuti.

In una ciotola mescolare la farina di sorgo, la farina di manioca, il cacao in polvere, il sale ed il lievito per dolci. In una ciotola a parte sbattere le uova ed aggiungervi il resto degli ingredienti, mescolando bene, fino ad ottenere un impasto denso.

Ungere una tortiera e versarvi l'impasto. Infornare in forno preriscaldato, a 160° per circa 40 minuti. Lasciare raffreddare.

Nel frattempo, tagliare la cioccolata in piccoli pezzi e metterli in una ciotola con il burro. Portare ad ebollizione la panna e versarvi il cioccolato, mescolando bene.

Lasciare raffreddare e quando diventa densa, versare il composto sul brownie, poi tagliare a quadretti la torta.