



BIOSÜDTIROL



Agricoltrice bio Astrid serve: Canederli alle mele.

Tempo di preparazione: 1,5 ore

Difficoltà: Media

Ingredienti (per 4 persone)

- 70 g cubetti di mela Bonita
- 125 g di quark (oppure ricotta magra)
- 25 di burro
- 10 g di zucchero
- 1 uovo
- zucchero vanigliato
- scorza di limone
- burro per stufare le mele
- 1 cucchiaio di acquavite di mele
- 1 busta di preparato in polvere per budino alla vaniglia
- 30 g di farina
- 20 g di noci tritate finemente
- 20 g di pangrattato
- 150 ml di succo di mela
- 175 g di frutti di bosco assortiti, lamponi, fragole e more
- zucchero a piacere



BIOSÜDTIROL

Preparazione

Sbattere il burro ammorbidito con lo zucchero e l'uovo, aggiungere il quark, un pizzico di sale, zucchero vanigliato e scorza di limone. Saltare i cubetti di mele nel burro, sfumare con l'acquavite e ridurre il liquido di cottura. Insaporire con un pizzico di cannella i cubetti di mele a temperatura ambiente e mescolare al quark. Per ultimo aggiungere la farina. Lasciare riposare l'impasto in frigorifero per almeno 1 ora. Nel frattempo tritare le noci e mescolarle al pangrattato. Tostare il pane e le noci in un padellino con poco burro per alcuni minuti e lasciar raffreddare sopra un piatto. Formare piccoli canederli e farli cuocere a fiamma bassa per 8-10 minuti in acqua bollente leggermente salata. Togliere i canederli dall'acqua con una schiumarola e rigirarli nella granella. Per la salsa ai frutti di bosco mescolare il succo di mele con il preparato in polvere per il budino alla vaniglia e cuocere in padella, aggiungere i frutti di bosco e lasciare cuocere per qualche minuto. Infine lasciare raffreddare la salsa ai frutti di bosco e servirla assieme ai canederli con un sorriso.

Il suggerimento di Astrid

Al posto della salsa ai frutti di bosco si può servire anche una golosa glassa di mele. Buon appetito!