

Quenelle al cioccolato con lamponi

Un dolce fresco e leggero tanto buono quanto poco calorico.



Ingredienti per 4 persone:

200 gr ricotta piemontese-seirass

300 gr lampone

2 cucchiaini miele di acacia

20 gr cacao amaro

1 cucchiaio succo di limone

4 foglie menta

Palì Ali d'Oro

Preparazione:

1. Mettere la ricotta in una ciotola con un cucchiaino di miele, lavorarla con la frusta fino a ottenere un composto soffice e cremoso. Aggiungere il cacao e amalgamare. Usare un colino a maglie sottili, scuotendolo con delicatezza. Eviterà la formazione di grumi.

2. Con 2 cucchiaini, formare 4 grandi quenelle, passando la ricotta da un cucchiaio all'altro per compattarla e darle la forma. Disporre le quenelle al centro di 4 piattini da dessert e metterle in frigorifero fino al momento di servire.

3. Lavare i lamponi, tenendone da parte qualcuno per la decorazione, passarli al mixer con il miele rimasto e il succo di limone. Filtrare con il colino il coulis per eliminare i semi e versarlo intorno alle quenelle.

4. Guarnire con lamponi, menta e Pali Ali d'Oro.

(Fonte: DonnaModerna.it)