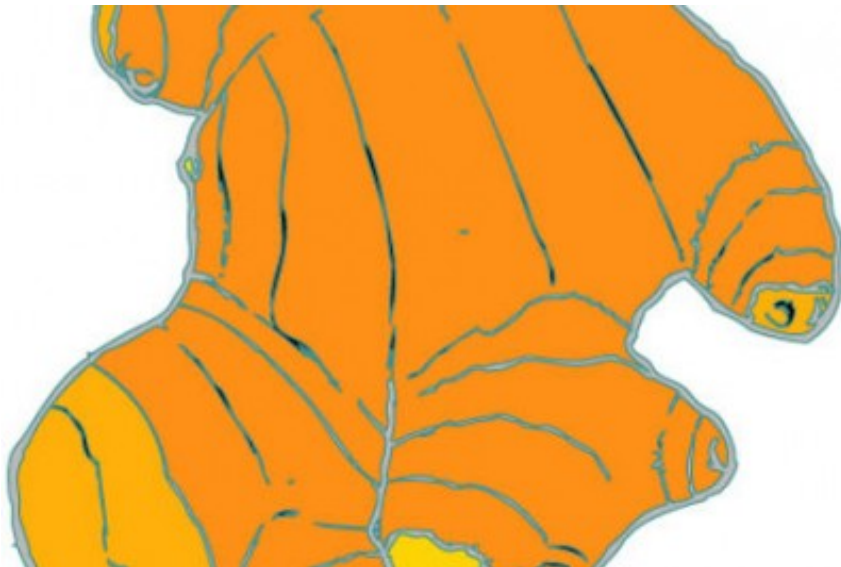


Qucina/naturale Zenzero

Author : Alessandra Facchinetti

Date : 12 febbraio 2014



FIEDE DI TROLL...
A ME SEMBRA PIÙ
UNA MANO DI TROLL.
RIMANE UN
INGREDIENTE FANTASY.

Lo zenzero si ottiene dai rizomi della pianta orientale Zingiber officinale, si può trovare essiccato ma sicuramente per apprezzarne tutto il suo particolare aroma è consigliabile usarlo fresco, io lo sbuccio e lo grattugio, oppure lo affetto finissimamente.

Sono rimasta colpita la prima volta che l'ho assaggiato perché il suo sapore, aromaticamente piccante risulta quasi fresco. E' complicato descrivere la percezione olfattiva e il suo gusto, un insieme di dolce, piccante e speziato difficilmente comparabile.



Le sue origini sono antichissime e si ritrova su trattati di medicina nel Medioevo come antidoto per la peste oppure usato come afrodisiaco.

Oggi è riconosciuta la sua efficacia per attenuare la nausea, o per placare fame inopportuna.

Io ne metto una fettina, insieme a un pezzetto di corteccia di cannella, nel tè.

E' ottimo usato nei dolci, per esempio a me piace grattugiato fine in pochissimo burro dove si scaldano appena delle pere succose a fettine e si alternano a una crema pasticcera (senza limone) per farcire una crostata, ma si adatta tantissimo anche a preparazioni salate. Io lo aggiungo, quando lessi i ceci, nell'acqua a metà cottura .



L'altro ingrediente della ricetta di oggi è la carota, di cui , però vivorrei parlare anche un'altra volta per riservarle uno spazio da protagonista , fonte straordinaria di fibre, economica e facilmente reperibile (anche di ottima qualità) viene spesso snobbata.

Carote glassate al forno con succo d'arancia e zenzero

Ingredienti per 2 persone

4 carote medie; 1 arancia spremuta , un cucchiaino di miele (non particolarmente aromatico); un pezzetto di zenzero (3 cm circa); 1 cucchiaio di olio d'oliva ; sale.

Tagliare le carote a bastoncini non troppo piccoli, più o meno 6 bastoncini di una carota media. Metterli in forno su una teglia antiaderente a 190° per 20 minuti.

Nel frattempo preparare un'emulsione con il succo d'arancia, il miele, lo zenzero grattugiato, l'olio e il sale.

Trascorso il tempo, irrorare le carote con la salsina ben "sbattuta " con una forchetta e rimettere in forno per altri 20 minuti abbassando un pochino la temperatura del forno sui 170/180°.

Vanno mangiate calde.